

Меню на « 16 » *сентя* 2013 г.

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №20  
 О.Б. Трусова  
 « 15 » *сентя*  
 МБОУ  
 №20  
 2013 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы					5-11 классы						
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена
<b>завтраки</b>													
	Нарезка из свежих огурцов	60	0,39	0,066	2,178	9		100	0,65	0,11	3,63	15	
	Плов из мяса курицы	250	24,17	20,24	42,49	448,81		250	24,17	20,24	42,49	448,81	12,44
	Напиток «Виташка» <i>Кисель В-ко</i>	200	1	-	34,0	116		200	1	-	34,0	116	51,72
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8		50	3,84	0,48	23,94	118	8,85
	ИТОГО:	540	27,86	20,59	93,028	644,61		600	29,66	20,83	104,06	697,81	2,98
													45,92
<b>завтрак обучающихся с ОВЗ</b>													
	Бутерброд с маслом	25/10	1,98	8,49	12,05	133,8		25/10	1,98	8,49	12,05	133,8	7,99
	Каша ячневая молочная со сливочным	150/5	5	3	21	130		200/5	6,7	4	28	173,3	9,88
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152		200	3	4	29	152	5,34
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8		30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,89
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437		80	6,7	5,8	54,2	437	16,72
	ИТОГО:	500	18,98	21,5	130,61	92,36		550	20,68	22,58	137,61	966,9	41,65
<b>обеда обучающихся с ОВЗ</b>													
	Нарезка из свежих огурцов	60	0,39	0,066	2,178	9		100	0,65	0,11	3,63	15	
	Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	1,4	3,91	6,79	67,8		250/5	1,75	4,89	8,49	84,75	12,44
	Плов из мяса курицы	250	24,17	20,2	42,49	448,81		250	24,17	20,2	42,49	448,81	9,30
	Напиток «Виташка» <i>Кисель В-ко</i>	200	1	-	34,0	116		200	1	-	34,0	116	51,72
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8		50	3,84	0,48	23,94	118	8,85
	ИТОГО:	745	29,26	24,5	99,818	712,41		855	31,41	25,7	112,55	782,56	2,98

Лef-повар

*Т. П. Ярошенко*

Т.П. Ярошенко



Меню на «16» мая 2013 г.

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №20  
 О.Б.Трусова  
 «15» апреля 2013 г.



№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы					5-11 классы				
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы

**Завтраки Диета №8**

	Нарезка из свежих огурцов						60	0,39	0,066	2,178	9	8,48
	Плов из мяса курицы						250	24,17	20,24	42,49	448,81	51,82
	Напиток «Виттонка» Кисель В-кз						200	1	-	34,0	116	8,85
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						30	1,8	0,3	13,35	56,7	1,58
	ИТОГО:						540	27,36	20,60	92,018	630,51	69,53

**Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9**

	Бутерброд с маслом						21,5/1	1,39	7,465	9,708	106,84	8,64
	Каша ячневая молочная без сахара со						200/5	6,7	4	25,01	161,33	9,52
	Кофейный напиток без сахара						200	0,6	0,2	3,6	18,2	4,09
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,14
	Груша <i>собрано 200г</i>						100	0,4	0,3	10,3	47	23,60
	ИТОГО:						558	10,38	12,18	58,186	374,01	45,99

**Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9**

	Нарезка из свежих огурцов						100	0,65	0,11	3,63	15	12,47
	Щи из свежей капусты со сметаной						250/5	1,75	4,89	8,49	84,75	9,30
	Плов из мяса курицы						250	24,17	20,2	42,49	448,81	51,82
	Компот из свежих яблок без сахара						200	0,18	0,2	9,4	17	7,08
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,21	9,568	40,64	1,14
	ИТОГО:						826,5	28,04	25,6	73,578	606,2	81,71

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко

*Я. Я.*