

Меню на « 17 » *сентябрь* 20 14 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б.Грусова
 «16» *сентябрь* 2014 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
завтраки													
	Бутерброд на батоне с повидлом	17,7/1	1,33	0,53	13,53	64,02	4,14	17,7/1	1,33	0,53	13,53	64,02	4,24
	Салат из свежей моркови	60	0,7	4,38	3,96	57,9	3,15	100	1,2	7,3	6,6	96,5	5,20
	Гуляш из говядины с соусом	50/50	14,0	6,0	4,0	130	48,30	50/50	14,0	6,0	4,0	130	48,30
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	42	300	8,61	180	10,8	12,6	50,4	360	10,29
	Компот из сухофруктов	200	1	-	32	124	3,15	200	1	-	32	124	3,15
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,07	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45
	ИТОГО:	572,7	28,33	21,7	109,85	746,72	69,52	662,7	32,17	26,91	130,47	892,52	74,63
завтрак обучающихся с ОВЗ													
	Бутерброд на батоне с маслом, сыром	17,7/10/15	5,33	11,5	9,17	161,57	15,58	17,7/10/15	5,33	11,53	9,17	161,57	15,58
	Запеканка творожная со сгущенным чай с сахаром	200/15	30,93	22,8	36,0	310,66	72,50	200/15	30,93	22,89	36,0	310,66	72,50
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,07	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,07
	Йогурт молочный	100	2,5	1,2	16	85	2,90	100	2,5	1,2	16	85	2,90
	ИТОГО:	587,7	41,26	35,9	90,53	686,03	120,76	587,7	41,26	35,91	90,53	686,03	120,76
обеда обучающихся с ОВЗ													
	Бутерброд на батоне с повидлом	17,7/15	1,33	0,53	13,53	64,02	4,24	17,7/15	1,33	0,53	13,53	64,02	4,24
	Салат из свежей моркови	60	0,7	4,38	3,96	57,9	3,15	100	1,2	7,3	6,6	96,5	5,20
	Суп-пюре из картофеля с гречками	200/10	3,2	4,88	17,2	126	10,39	250/1	4,0	6,1	21,5	157,5	12,68
	Гуляш из говядины с соусом	50/50	14,0	6,0	4,0	130	48,30	50/50	14,0	6,0	4,0	130	48,30
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	42	300	8,61	180	10,8	12,6	50,4	360	10,29
	Компот из сухофруктов	200	1	-	32	124	3,15	200	1	-	32	124	3,15
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,07	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45
	ИТОГО:	782,7	31,53	26,58	127,05	872,72	79,91	922,7	36,17	33,0	151,97	1050,02	87,31

Шеф-повар

Ж. Р.

Т.П. Ярошенко

Меню на « 17 » сентября 2014 г.

Утверждено

Директор МБОУ СОШ №20
О.Б. Трусова
«16» сентября 2014 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы					5-11 классы						
		выход	белки	жиры	углеводы	энергети ческая ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы	энергети ческая ценность	цена
Завтраки Диета №8													
	Бутерброд на батоне с повидлом						17,7/15	1,33	0,53	13,53	64,02	4,14	
	Салат из свежей моркови						60	0,7	4,38	3,96	57,9	3,15	
	Гуляш из говядины с соусом						50/50	14,0	6,0	4,0	130	48,30	
	Каша гречневая рассыпчатая						150	9,0	10,5	42	300	8,61	
	Компот из сухофруктов						200	1	-	32	124	3,15	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						30	1,8	0,3	13,35	56,7	1,83	
	Фрукты						100	0,4	0,4	9,8	47	-	
	ИТОГО:						672,7	28,23	22,11	118,64	779,62	69,18	
Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9													
	Бутерброд с сыром						21,5/20	7,08	5,255	10,105	111,95	14,19	
	Каша пшеничная молочная без						200/5	8,8	6,8	24,6	195	10,53	
	Чай без сахара						200			0,3	1,2	1,69	
	Йогурт молочный						100	2,5	1,2	16	85	24,00	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,31	
	ИТОГО:						568	19,67	13,47	60,573	433,79	51,72	
Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9													
	Салат из свежей моркови						100	1,2	7,3	6,6	96,5	4,85	
	Суп-пюре из картофеля с						250/10	4,68	8,01	26,12	193,9	12,53	
	Гуляш из говядины с соусом						50/50	14,0	6,0	4,0	130	48,30	
	Каша гречневая рассыпчатая						180	10,8	12,6	50,4	360	10,19	
	Компот из сухофруктов без						200	0,8		13,2	58,6	1,77	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,31	
	ИТОГО:						861,5	31,97	34,125	109,888	879,64	79,05	
	Шеф-повар												

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко