

Меню на « 22 » сентября 20 24 г.

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №20  
 О.Б. Трусова  
 «19» сентября 2024 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>													
	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
	Яйцо вареное	40	5,12	4,64	0,28	63,48	13,90	40	5,12	4,64	0,28	63,48	13,90
	Гуляш из говядины с соусом	50/50	14,0	6,0	4,0	130	49,09	50/50	14,0	6,0	4,0	130	49,09
	Макаронные изделия отварные	150	6,0	2,0	36	177	6,19	180	7,2	2,4	43,2	212,4	7,45
	Чай с сахаром	200	0,2		15	58	1,63	200	0,2	-	15	58	1,63
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,07	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45
	ИТОГО:	552,7	28,95	13,46	83,17	563,3	77,12	802,7	31,69	14,05	99,95	645,9	79,76
<b>завтрак обучающихся с ОБЗ</b>													
	Бутерброд на батоне с маслом, сыром	17.7/15	5,33	11,5	9,17	161,57	15,56	17.7/15	5,33	11,53	9,17	161,57	15,56
	Яйцо вареное	40	5,12	4,64	0,28	63,48	13,90	40	5,12	4,64	0,28	63,48	13,90
	Каша манная молочная со сливочным маслом	150/5	3,3	4,35	24,6	124,5	8,84	200/5	4,4	5,8	32,8	166	10,65
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58	1,63	200	0,2	-	15,0	58	1,63
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,07	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,07
	Тортик вафельный Боярушка	38	0,76	4,48	8,63	77,9	19,00	38	0,76	4,48	8,63	77,9	19,00
	ИТОГО:	505,7	17,01	25,2	72,04	556,25	61,00	555,7	18,11	26,74	80,24	597,75	62,81
<b>обеда обучающихся с ОБЗ</b>													
	Салат из зеленого горошка	60	1,79	3,11	3,75	50,16	16,55	100	2,98	5,19	6,25	83,6	44,25
	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
	Суп овсяный с овощами	200	1,6	2,56	9,2	65,6	5,19	250	2	3,2	11,5	82	6,61
	Гуляш из говядины с соусом	50/50	14,0	6,0	4,0	130	49,09	50/50	14,0	6,0	4,0	130	49,09
	Макаронные изделия отварные	150	6,0	2,0	36	177	6,19	180	7,2	2,4	43,2	212,4	7,45
	Чай с сахаром	200	0,2		15	58	1,63	200	0,2	-	15	58	1,63
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,07	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45
	ИТОГО	772,7	27,22	14,4	95,84	615,58	95,06	912,7	31,55	17,8	117,42	748,02	116,72

Шеф-повар

*Я. Я.*

Т.П. Ярошенко

Меню на «22» сентября 2024 г.

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №20

О.Б.Трусова

«19» сентября 2024 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы				5-11 классы				энергетическая ценность	цена
		выход	белки	жиры	углеводы	белки	жиры	углеводы	выход		
<b>Завтраки Диета №8</b>											
	Бутерброд на батоне с повидлом					17,7/15	1,33	0,53	13,53	64,02	4,24
	Яйцо вареное					40	5,12	4,64	0,28	63,48	13,90
	Гуляш из говядины с соусом					50/50	14,0	6,0	4,0	130	49,09
	Макаронные изделия отварные					150	6,0	2,0	36	177	6,19
	Чай с сахаром					200	0,2	-	15	58	1,63
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)					30	1,8	0,3	13,35	56,7	1,83
	ИТОГО:					552,7	28,45	13,47	82,16	549,2	76,88
<b>Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9</b>											
	Бутерброд с сыром					21,5/20	7,08	5,255	10,105	111,95	14,19
	Яйцо вареное					40	5,12	4,64	0,28	63,48	13,90
	Каша гречневая молочная без сахара					200/5	9,6	3,2	34,6	206,2	12,53
	Чай без сахара					200			0,3	1,2	1,69
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)					21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,31
	Яблочно					100	0,4	0,4	9,8	47	89,04
	ИТОГО:					608	23,49	13,71	64,653	470,47	132,66
<b>Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9</b>											
	Салат из зеленого горошка					100	2,98	5,19	6,25	83,6	44,25
	Суп овсяный с овощами					250	2	3,2	11,5	82	6,61
	Гуляш из говядины с соусом					50/50	14,0	6,0	4,0	130	49,09
	Макаронные изделия отварные					180	7,2	2,4	43,2	212,4	7,45
	Чай без сахара					200			0,3	1,2	1,69
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)					21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,31
	ИТОГО:					851,5	27,47	17,005	74,818	549,84	110,40
	Шеф-повар										

Т.П. Ярошенко

*Т.П. Ярошенко*