

Меню на « 12 » марта 2024 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б.Грусова
 «12» марта 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
завтраки													
	Бутерброд с батоном с повидлом	17,7/1	1,33	0,53	13,53	64,02	4,24	17,7/1	1,33	0,53	13,53	64,02	4,24
	<i>Яблоко варенье</i>	40	5,12	4,64	0,28	63,48	20,64	40	5,12	4,64	0,28	63,48	20,64
	Гуляш из говядины с соусом	50/50	14,0	6,0	4,0	130	53,09	50/50	14,0	6,0	4,0	130	53,09
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	42	300	2,89	180	10,8	12,6	50,4	360	9,44
	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	2,02	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45
	ИТОГО:	552,7	31,95	21,96	89,17	686,3	89,56	602,7	35,29	24,25	107,15	793,5	92,49
завтрак обучающихся с ОВЗ													
	Бутерброд с батоном с маслом, повидлом	17,7/10/1	1,41	7,78	13,66	130,12	2,68	17,7/10/	1,41	7,78	13,66	130,12	2,68
	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	150/5	7,05	4,65	31,95	190,35	9,35	200/5	9,4	6,2	42,6	253,8	11,31
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	5,63	200	3	4	29	152	5,63
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,02	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,02
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	2,02	80	6,7	5,8	54,2	437	2,02
	ИТОГО:	507,7	20,46	22,5	143,17	980,27	44,25	557,7	22,81	24,07	153,82	1043,72	46,21
обеда обучающихся с ОВЗ													
	Бутерброд с батоном с повидлом	17,7/1	1,33	0,53	13,53	64,02	4,24	17,7/1	1,33	0,53	13,53	64,02	4,24
	<i>Яблоко варенье</i>	40	5,12	4,64	0,28	63,48	20,64	40	5,12	4,64	0,28	63,48	20,64
	Суп овсяный с овощами	200	1,6	2,56	9,2	65,6	5,35	250	2	3,2	11,5	82	6,69
	Гуляш из говядины с соусом	50/50	14,0	6,0	4,0	130	53,09	50/50	14,0	6,0	4,0	130	53,09
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	42	300	2,89	180	10,8	12,6	50,4	360	9,44
	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	2,02	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45
	ИТОГО:	752,7	33,55	24,5	98,37	751,9	94,91	852,7	37,29	27,4	118,65	875,5	99,18

Шеф-повар

И.И.

Т.П. Ярошенко

Меню на « 12 » марта 2014 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б. Трусова
 « 11 » марта 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 Диета №8													
	Бутерброд с батоном с повидлом				17,7/15	1,33	0,53	13,53	64,02			4,24	
	<i>Дано варенье</i> <i>соедено</i>				40	5,12	4,64	0,28	63,48			10,64	
	Гуляш из говядины с соусом				50/50	14,0	6,0	4,0	130			53,09	
	Каша гречневая рассыпчатая				150	9,0	10,5	42	300			8,89	
	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	31,45	21,9	88,16	672,2			89,32	
Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9													
	Бутерброд с маслом				21,5/10	1,39	7,465	9,708	106,84			8,20	
	Каша пшеничная молочная без сахара со				200/5	6,6	7	28,8	202			11,04	
	Кофейный напиток без сахара				200	0,6	0,2	3,6	18,2			4,15	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)				21,5	1,29	0,215	9,568	40,64			20,645	
	Фрукты <i>соедено</i>				100	0,4	0,3	10,3	47			1,31	
	ИТОГО:				558	10,28	15,18	61,976	414,68			45,44	
Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9													
	<i>Дано варенье</i>				40	5,12	4,64	0,28	63,48			6,69	
	Суп овсяный с овощами				250	2	3,2	11,5	82			53,09	
	Гуляш из говядины с соусом				50/50	14,0	6,0	4,0	130			9,44	
	Каша гречневая рассыпчатая				180	10,8	12,6	50,4	360			1,69	
	Чай без сахара				200			0,3	1,2			1,31	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)				21,5	1,29	0,215	9,568	40,64			8,20	
	Фрукты <i>соедено</i>				100	0,4	0,4	9,8	47			4,15	
	ИТОГО:				891,5	33,61	27,05	85,848	724,32			89,32	

Шеф-повар

А. Гу

Т.П. Ярошенко