

зю на «18» февраля 2014 г.

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №20  
 О.Б. Трусова  
 «18» февраля 2014 г.



№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы					5-11 классы					энергетическая ценность	цена
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность		
<b>завтраки</b>													
	Бутерброд на батоне с повидлом	17,7/1	1,33	0,53	13,53	64,02	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	100	1,2	7,3	6,6	96,5	5,11	
	Гуляш из говядины с соусом	50/50	14,0	6,0	4,0	130	50/50	14,0	6,0	4,0	130	53,04	
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	42	300	180	10,8	12,6	50,4	360	9,44	
	Компот из сухофруктов	200	1	-	32	124	200	1	-	32	124	3,15	
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45	
	ИТОГО:	572,7	28,33	21,7	109,85	746,72	662,7	32,17	26,91	130,47	892,52	78,43	
<b>завтрак обучающихся с ОБЗ</b>													
	Бутерброд на батоне с маслом, сыром	17,7/10/15	5,33	11,5	9,17	161,57	17,7/10/15	5,33	11,53	9,17	161,57	15,56	
	Запеканка творожная со сгущенным	200/15	30,93	22,8	36,0	310,66	200/15	30,93	22,89	36,0	310,66	82,52	
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58	200	0,2	-	15,0	58	1,63	
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,07	
	Йогурт молочный	100	2,5	1,2	16	85	100	2,5	1,2	16	85	-	
	ИТОГО:	587,7	41,26	35,9	90,53	686,03	587,7	41,26	35,91	90,53	686,03	91,78	
<b>обеда обучающихся с ОБЗ</b>													
	Бутерброд на батоне с повидлом	17,7/15	1,33	0,53	13,53	64,02	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	100	1,2	7,3	6,6	96,5	5,11	
	Суп-пюре из картофеля с гречками	200/10	3,2	4,88	17,2	126	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	50/50	14,0	6,0	4,0	130	53,04	
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	42	300	180	10,8	12,6	50,4	360	9,44	
	Компот из сухофруктов	200	1	-	32	124	200	1	-	32	124	3,15	
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45	
	ИТОГО:	782,7	31,53	26,58	127,05	872,72	922,7	36,17	33,0	151,97	1050,02	91,11	

Шеф-повар  
 Т.П. Ярошенко

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №20  
 О.Б. Трусова  
 «15 февраля» 2014 г.

Меню на «18» февраля 2014 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**

	Бутерброд на батоне с повидлом							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	3,10
	Гуляш из говядины с соусом							50/50	14,0	6,0	4,0	130	53,04
	Каша гречневая рассыпчатая							150	9,0	10,5	42	300	7,89
	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	73,25

**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	29,00
	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	56,72

**Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9**

	Салат из свежей моркови							100	1,2	7,3	6,6	96,5	4,76
	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	53,04
	Каша гречневая рассыпчатая							180	10,8	12,6	50,4	360	9,44
	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	82,85

Шеф-повар *Я. Я.*

Т.П. Ярошенко