

№ 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															
	Запеканка творожная со стухенным молоком	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	29,29	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	29,29		
	Курица запеченная	100	26,0	11	-	204,0	42,20	100	26,0	11,0	-	204	42,20		
	<i>кофеина напиток</i>	150	3,06	4,8	20,45	137,25	11,34	180	3,67	5,76	24,53	164,7	12,79		
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	5,53	200	3	4	29	152	5,53		
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,07	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45		
	Фрукты <i>сберио</i>	100	0,4	0,4	9,8	47	16,77	100	0,4	0,4	9,8	47	16,77		
	ИТОГО:	660	44,21	28,75	93,7	805,23	107,20	710	46,36	29,9	107,36	879,88	110,03		
завтрак обучающихся с ОВЗ															
	Бутерброд на батоне с маслом, сыром	17,7/10/1	5,33	11,5	9,17	161,57	15,56	17,7/10/1	5,33	11,53	9,17	161,57	15,56		
	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	150/5	7,05	4,65	31,95	190,35	9,33	200/5	9,4	6,2	42,6	253,8	11,29		
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58	1,55	200	0,2	-	15,0	58	1,55		
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,07	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,07		
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	20,02	80	6,7	5,8	54,2	437	20,02		
	ИТОГО:	507,7	21,58	22,2	124,68	917,72	48,53	557,7	23,93	23,82	135,33	981,17	50,49		
обеда обучающихся с ОВЗ															
	Запеканка творожная со стухенным молоком	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	29,29	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	29,29		
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,75	5,21	18,84	145,2	4,60	250	7,19	6,51	23,55	181,5	9,51		
	Курица запеченная	100	26,0	11	-	204,0	42,20	100	26,0	11,0	-	204	42,20		
	<i>кофеина напиток</i>	150	3,06	4,8	20,45	137,25	11,34	180	3,67	5,76	24,53	164,7	12,79		
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	5,53	200	3	4	29	152	5,53		
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,07	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45		
	Фрукты <i>сберио</i>	100	0,4	0,4	9,8	47	16,77	100	0,4	0,4	9,8	47	16,77		
	ИТОГО:	860	49,96	33,9	112,54	950,43	114,80	960	53,55	36,4	130,91	1061,38	119,54		

Шеф-повар *Е.Ян* Т.П. Ярошенко

Меню на « 5 » апреля 2024 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б. Трусова
 « 4 » апреля 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 Диета №8													
	Запеканка творожная со						70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	29,29	
	Курица запеченная						100	26,0	11,0	-	204	42,20	
	<i>капучино молочное</i>						150	3,06	4,8	20,45	137,25	12,89	
	Кофейный напиток						200	3	4	29	152	5,53	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						30	1,8	0,3	13,35	56,7	1,83	
	Фрукты <i>сorbito</i>						100	0,4	0,4	9,8	47	16,77	
	ИТОГО:						660	43,71	28,76	92,69	791,13	108,41	
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 сахара						200/5	6,6	7	28,8	202	11,04	
	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	
	Фрукты <i>сorbito</i>						100	0,4	0,4	9,8	47	16,77	
	ИТОГО:						568	15,37	12,87	58,573	402,79	45,00	
Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9													
	Суп рисовый (харчо)						250	6,18	3,3	14,65	113,0	7,48	
	Курица запеченная						100	26,0	11,0	-	204	42,20	
	<i>капучино молочное</i>						180	3,67	5,76	24,53	164,7	12,89	
	Кофейный напиток без сахара						200	0,6	0,2	3,6	18,2	4,25	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,31	
	Фрукты <i>сorbito</i>						100	0,4	0,4	9,8	47	16,77	
	ИТОГО:						851,5	38,14	20,875	62,148	587,54	84,80	
Шеф-повар	<i>Т. Я.</i>												
		Т.П. Ярошенко											