

Меню на « 15 » апреля 2014 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б.Трусова
 « 15 » апреля 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													
	Нарезка из свежих огурцов	60	0,39	0,066	2,178	9	13,53	100	0,65	0,11	3,63	15	22,55
	Котлета рубленая из курицы	100	12,13	17,4	9,86	245,0	45,31	100	12,13	17,4	9,86	245,0	45,31
	Макаронные изделия отварные	150	6,0	2,0	36	177	6,19	180	7,2	2,4	43,2	212,4	7,45
	Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,23	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,23
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15	58	1,55	200	0,2	-	15	58	1,55
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,04	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45
	ИТОГО:	590	25,97	22,25	82,448	621,35	40,88	680	28,97	22,89	100,68	709,95	82,54
завтрак обучающихся с ОВЗ													
	Бутерброд с батоном с маслом, сыром	17,7/10/	5,33	11,5	9,17	161,57	15,56	17,7/10/	5,33	11,53	9,17	161,57	15,56
	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	150/5	5	3	21	130	8,58	200/5	6,7	4	28	173,3	10,29
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58	1,55	200	0,2	-	15,0	58	1,55
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,04	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,04
	Кондитерское изделие	38	0,76	4,48	8,63	77,9	19,00	38	0,76	4,48	8,63	77,9	19,00
	ИТОГО:	465,7	13,59	19,3	68,16	498,27	46,48	515,7	15,29	20,3	75,16	541,57	48,44
обеды обучающихся с ОВЗ													
	Нарезка из свежих огурцов	60	0,39	0,066	2,178	9	13,53	100	0,65	0,11	3,63	15	22,55
	Борщ из свежей капусты со сметаной	200/5	1,45	3,93	100,2	82,0	6,45	250/5	1,81	4,91	125,25	102,5	8,15
	Котлета рубленая из курицы	100	12,13	17,4	9,86	245,0	45,31	100	12,13	17,4	9,86	245,0	45,31
	Макаронные изделия отварные	150	6,0	2,0	36	177	6,19	180	7,2	2,4	43,2	212,4	7,45
	Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,23	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,23
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15	58	1,55	200	0,2	-	15	58	1,55
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,04	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45
	ИТОГО:	800,4	27,42	26,1	182,648	703,35	47,63	935	30,78	27,8	225,93	812,45	90,69

Шеф-повар

С.Я.

Т.П. Ярошенко

Меню на «15» апреля 2014 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б. Трусова
 «12» апреля 2014 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы				5-11 классы				энергетическая ценность	цена	
		выход	белки	жиры	углеводы	выход	белки	жиры	углеводы			
	Нарезка из свежих огурцов					60	0,39	0,066	2,178	9		13,53
	Котлета рубленая из курицы					100	12,13	17,4	9,86	245,0		45,31
	Макаронные изделия отварные					150	6,0	2,0	36	177		6,19
	Соус томатный					50	4,95	2,5	5,05	61,55		2,23
	Чай с сахаром					200	0,2	-	15	58		1,55
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)					30	1,8	0,3	13,35	56,7		1,83
	ИТОГО:					590	25,47	22,266	81,438	607,25		40,64

Завтраки Диета №8

Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Бутерброд с сыром <i>калорий</i>					21,5/20	7,08	5,255	10,105	111,95		14,81
	Каша ячневая молочная без сахара со					200/5	6,7	4	25,01	161,33		10,04
	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					100	0,4	0,4	9,8	47		16,77
	ИТОГО:					568	15,47	9,87	54,783	362,12		44,62

Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Нарезка из свежих огурцов					100	0,65	0,11	3,63	15		22,55
	Борщ со свежей капустой и сметаной					250/5	1,81	4,91	125,25	102,5		8,15
	Котлета рубленая из курицы					100	12,13	17,4	9,86	245,0		45,31
	Макаронные изделия отварные					180	7,2	2,4	43,2	212,4		7,45
	Соус томатный					50	4,95	2,5	5,05	61,55		2,23
	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:					906,5	28,03	27,535	196,858	678,29		88,69

Шеф-повар

Ю. Яч

Т.П. Ярошенко