

Меню на « 16 » апреля 2024 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б. Трусова
 « 15 » апреля 2024 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы					5-11 классы				
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы

завтраки

	Бутерброд с батоном 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
	Котлета рыбная	100	22,6	7,8	7,2	189,3	31,69	100	22,6	7,8	7,2	189,3	31,69
	Рис припущенный	150	3,0	9,0	36	241,5	8,88	180	3,6	10,8	43,2	289,8	10,68
	Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	1,24	50	4,95	2,5	5,05	61,55	1,24
	Компот из сухофруктов	200	1	-	32	124	3,05	200	1	-	32	124	3,05
	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	100	0,4	0,4	9,8	47	-	100	0,4	0,4	9,8	47	-
	ИТОГО:	662,7	35,58	20,52	117,94	798,17	52,17	712,7	37,72	22,51	134,72	893,67	55,35

завтрак обучающихся с ОБЗ

	Бутерброд с батоном с маслом, повидлом	17,7/10/1	1,41	7,78	13,66	130,12	4,68	17,7/10/1	1,41	7,78	13,66	130,12	4,68
	Каша манная молочная со сливочным маслом	150/5	3,3	4,35	24,6	124,5	8,92	200/5	4,4	5,8	32,8	166	10,76
	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	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	16,71	22,2	135,82	914,42	44,22	557,7	17,81	23,67	144,02	955,92	46,06

обеды обучающихся с ОБЗ

	Салат из вареной свеклы	60	0,86	3,65	5,02	56,34	3,21	100	1,43	6,09	8,36	93,9	5,34
	Суп картофельный с горохом	200	6,0	4,0	16	130	3,88	250	7,5	5,0	20,0	162,5	4,85
	Котлета рыбная	100	22,6	7,8	7,2	189,3	31,69	100	22,6	7,8	7,2	189,3	31,69
	Рис припущенный	150	3,0	9,0	36	241,5	8,88	180	3,6	10,8	43,2	289,8	10,68
	Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	1,24	50	4,95	2,5	5,05	61,55	1,24
	Компот из сухофруктов	200	1	-	32	124	3,05	200	1	-	32	124	3,05
	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	100	0,4	0,4	9,8	47	-	100	0,4	0,4	9,8	47	-
	ИТОГО:	890	41,11	27,6	125,43	920,49	55,02	1030	45,32	33,0	149,55	1086,05	61,30

Т.П. Ярошенко

Т.П.

Шеф-повар

