

Меню на « 17 » апреля 2014 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б.Трусова
 «16» 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													
	Омлет натуральный	55	4,32	4,98	1,77	68,71	—	55	4,32	4,98	1,77	68,71	—
	Гуляш из говядины с соусом	50/50	14,0	6,0	4,0	130	53,12	50/50	14,0	6,0	4,0	130	53,12
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	42	300	7,89	180	10,8	12,6	50,4	360	9,44
	Кисель «Витошка»	200		-	18,4	73,6	8,45	200		-	18,4	73,6	8,45
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,07	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45
	Сыр твердый	15	3,45	4,35		54,3	10,05	15	3,45	4,35		54,3	10,05
	ИТОГО:	550	33,07	26,12	80,53	697,41	81,88	600	36,41	28,41	98,51	804,61	84,81
завтрак обучающихся с ОБЗ													
	Бутерброд с батонем с маслом, сыром	17,7/10/	5,33	11,5	9,17	161,57	19,56	17,7/10/1	5,33	11,53	9,17	161,57	19,56
	Каша рисовая молочная со сливочным маслом	150/5	3	2,25	18	103,5	10,14	200/5	4	3	24	138	12,54
	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	2,07	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,07
	Йогурт молочный	100	2,5	1,2	16	85	2,00	100	2,5	1,2	16	85	2,00
	ИТОГО:	527,7	13,33	15,2	72,53	478,87	58,32	577,7	14,33	80,89	78,53	513,37	60,42
обеды обучающихся с ОБЗ													
	Омлет натуральный	55	4,32	4,98	1,77	68,71	—	55	4,32	4,98	1,77	68,71	—
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,71	83,8	4,37	250	2,69	2,84	17,14	104,75	5,46
	Гуляш из говядины с соусом	50/50	14,0	6,0	4,0	130	53,12	50/50	14,0	6,0	4,0	130	53,12
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	42	300	8,45	180	10,8	12,6	50,4	360	9,44
	Кисель «Витошка»	200		-	18,4	73,6	7,89	200		-	18,4	73,6	8,45
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,07	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45
	Сыр твердый	15	3,45	4,35		54,3	10,05	15	3,45	4,35		54,3	10,05
	ИТОГО:	750	35,22	28,39	94,24	781,21	86,25	850	39,1	31,2	115,65	909,36	90,27

Т.П. Ярошенко

С.А. Ян

Шеф-повар

Меню на « 17 » апреля 2014 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б.Грусова
 «16» 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 Диета №8													
	Омлет натуральный						55	4,32	4,98	1,77		68,71	—
	Гуляш из говядины с соусом						50/50	14,0	6,0	4,0		130	53,12
	Каша гречневая рассыпчатая						150	9,0	10,5	42		300	8,89
	Кисель «Витошка»						200		-	18,4		73,6	8,85
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						30	1,8	0,3	13,35		56,7	1,83
	Сыр твердый						15	3,45	4,35			54,3	19,05
	Йогурт молочный						100	2,5	1,2	16		85	29,00
	ИТОГО:						650	35,07	27,33	95,52		768,31	119,64
Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9													
	Бутерброд с сыром						21,5/20	7,08	5,255	10,105		111,95	14,81
	Каша рисовая молочная без сахара со						200/5	5,6	8,2	40		257,2	12,15
	Чай без сахара						200			0,3		1,2	1,69
	Йогурт молочный						100	2,5	1,2	16		85	49,00
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568		40,64	1,31
	ИТОГО:						568	16,47	14,87	75,973		495,99	88,96
Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9													
	Омлет натуральный						55	4,32	4,98	1,77		68,71	—
	Суп картофельный с макаронными						250	2,69	2,84	17,14		104,75	5,46
	Гуляш из говядины с соусом						50/50	14,0	6,0	4,0		130	53,12
	Каша гречневая рассыпчатая						180	10,8	12,6	50,4		360	9,44
	Компот из свежих яблок без сахара						200	0,18	0,2	9,4		17	8,84
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568		40,64	1,31
	ИТОГО: <i>себею</i>						806,5	33,28	26,835	92,278		721,1	18,06
	ИТОГО:												95,13
	Шеф-повар												

Т.П. Ярошенко

Я. Я.