

Меню на « 27 » апреля 2014 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б.Грусова
 «26» апреля 2014г.

№ 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	45,48	100	12,13	17,4	9,86	245,0	45,48
	Макаронные изделия отварные	150	6,0	2,0	36	177	6,19	180	7,2	2,4	43,2	212,4	4,45
	Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,30	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,30
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15	58	1,63	200	0,2	-	15	58	1,63
	Хлеб пшеничный I 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	41,50	680	28,97	22,89	100,68	709,95	83,16
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	8,45	200/5	6,7	4	28	173,3	10,51
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58	1,63	200	0,2	-	15,0	58	1,63
	Хлеб пшеничный I 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	44,01	515,7	15,29	20,3	75,16	541,57	48,44
обеда 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	4,66	250/5	1,81	4,91	125,25	102,5	9,29
	Котлета рубленая из курицы	100	12,13	17,4	9,86	245,0	45,48	100	12,13	17,4	9,86	245,0	45,48
	Макаронные изделия отварные	150	6,0	2,0	36	177	6,19	180	7,2	2,4	43,2	212,4	4,45
	Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,30	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,30
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15	58	1,63	200	0,2	-	15	58	1,63
	Хлеб пшеничный I 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	49,16	935	30,78	27,8	225,93	812,45	48,45

Шеф-повар

И.Я.

Т.П. Ярошенко

Меню на « 27 » августа 2024 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б.Грусова
 «16» августа 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
Завтраки Диета №8												
	Нарезка из свежих огурцов						60	0,39	0,066	2,178	9	
	Котлета рубленая из курицы						100	12,13	17,4	9,86	245,0	
	Макаронные изделия отварные						150	6,0	2,0	36	177	
	Соус томатный						50	4,95	2,5	5,05	61,55	
	Чай с сахаром						200	0,2	-	15	58	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						30	1,8	0,3	13,35	56,7	
	ИТОГО:						590	25,47	22,266	81,438	607,25	

Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Бутерброд с сыром, <i>маслом</i>						21,5/20	7,08	5,255	10,105	111,95	1481
	Каша ячневая молочная без сахара со						200/5	6,7	4	25,01	161,33	1024
	Чай без сахара						200			0,3	1,2	1,69
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1131
	Фрукты <i>бананы</i>						100	0,4	0,4	9,8	47	49,00
	ИТОГО:						568	15,47	9,87	54,783	362,12	4705

Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Нарезка из свежих огурцов						100	0,65	0,11	3,63	15	2255
	Борщ со свежей капустой и сметаной						250/5	1,81	4,91	125,25	102,5	929
	Котлета рубленая из курицы						100	12,13	17,4	9,86	245,0	4578
	Макаронные изделия отварные						180	7,2	2,4	43,2	212,4	8145
	Соус томатный						50	4,95	2,5	5,05	61,55	2130
	Чай без сахара						200			0,3	1,2	1,69
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1131
	ИТОГО:						906,5	28,03	27,535	196,858	678,29	9037

Шеф-повар

Ж. Яку

Т.П. Ярошенко