

Меню на « 10 » апреля 2014 г.

Утверждено  
 Директор МБОУ СОШ №20  
 О.Б.Трусова  
 « 9 » 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
<b>завтраки</b>													
	Нарезка из свежих помидоров	60	0,78	0,18	2,04	14,1	10,66	100	1,3	0,3	3,4	23,5	34,45
	Котлета рубленая из говядины	100	15,55	11,55	15,7	228,75	53,39	100	15,55	11,55	15,7	228,75	53,39
	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
	Сок фруктовый	200	1	-	21	94	2,00	200	1	-	21	94	2,00
	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	30,58	16,52	94,15	646,2	106,54	680	33,84	17,23	112,29	738,2	122,94
<b>завтрак обучающихся с ОВЗ</b>													
	Бутерброд с батоном с маслом, сыром	17,7/10/	5,33	11,5	9,17	161,57	19,58	17,7/10/1	5,33	11,53	9,17	161,57	19,58
	Каша рисовая молочная со сливочным маслом	150/5	3	2,25	18	103,5	10,12	200/5	4	3	24	138	12,41
	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
	ИТОГО:	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	58,30	577,7	14,33	16,02	78,53	513,37	60,59
<b>обеда обучающихся с ОВЗ</b>													
	Нарезка из свежих помидоров	60	0,78	0,18	2,04	14,1	10,66	100	1,3	0,3	3,4	23,5	34,45
	Суп-пюре из картофеля с гречками	200/10	3,2	4,88	17,2	126	10,53	250/10	4,0	6,1	21,5	157,5	12,86
	Котлета рубленая из говядины	100	15,55	11,5	15,7	228,75	53,39	100	15,55	11,5	15,7	228,75	53,39
	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
	Сок фруктовый	200	1	-	21	94	2,00	200	1	-	21	94	2,00
	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	33,78	21,4	111,35	772,2	114,04	940	37,84	23,3	133,79	895,7	135,83

Шеф-повар

*Я. Я.*

Т.П. Ярошенко



Меню на « 10 » апрель 20 14 г.

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №20  
О.Б. Трусова  
 « 9 » апрель 20 14 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
	Нарезка из свежих помидоров												
	Котлета рубленая из говядины												
	Макаронные изделия отварные												
	Соус томатный												
	Сок фруктовый												
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)												
	Йогурт молочный												
	ИТОГО:												
		60	0,78	0,18	2,04	14,1		14,1		2,04	14,1	10,66	
		100	15,55	11,5	15,7	228,75		228,75		15,7	228,75	53,39	
		150	6,0	2,0	36	177		177		36	177	6,19	
		50	4,95	2,5	5,05	61,55		61,55		5,05	61,55	2,23	
		200	1	-	21	94		94		21	94	22,00	
		30	1,8	0,3	13,35	56,7		56,7		13,35	56,7	1,83	
		100	2,5	1,2	16	85		85		16	85	29,00	
		690	32,58	17,7	109,14	717,1		717,1		109,14	717,1	135,30	

**Завтраки Диета №8**

**Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9**

	Бутерброд с сыром, <i>максимум</i>												
	Каша рисовая молочная без сахара со												
	Чай без сахара												
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)												
	Йогурт молочный												
	ИТОГО:												
		21,5/20	7,08	5,255	10,105	111,95		111,95		10,105	111,95	14,81	
		200/5	5,6	8,2	40	257,2		257,2		40	257,2	12,11	
		200			0,3	1,2		1,2		0,3	1,2	1,69	
		21,5	1,29	0,215	9,568	40,64		40,64		9,568	40,64	1,31	
		100	2,5	1,2	16	85		85		16	85	29,00	
		568	16,47	14,87	75,973	495,99		495,99		75,973	495,99	58,92	

**Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9**

	Нарезка из свежих помидоров												
	Суп-пюре из картофеля с гречками												
	Котлета рубленая из говядины												
	Макаронные изделия отварные												
	Соус томатный												
	Сок яблочный без сахара (консервы)												
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)												
	ИТОГО:												
		100	1,3	0,3	3,4	23,5		23,5		3,4	23,5	34,45	
		250/10	4,68	8,01	26,12	193,9		193,9		26,12	193,9	12,71	
		100	15,55	11,55	15,7	228,75		228,75		15,7	228,75	53,39	
		180	7,2	2,4	43,2	212,4		212,4		43,2	212,4	8,45	
		50	4,95	2,5	5,05	61,55		61,55		5,05	61,55	2,23	
		200	1	-	21	94		94		21	94	22,00	
		21,5	1,29	0,215	9,568	40,64		40,64		9,568	40,64	1,31	
		911,5	35,97	24,97	124,038	854,74		854,74		124,038	854,74	133,54	

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко

*Т.П.*