

Меню на « 11 » августа 2024 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б.Трусова
 «10» 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	цена
завтраки													
	Нарезка из соленых огурцов	60	0,48	0,06	1,02	7,8	18,36	60	0,48	0,06	1,02	7,8	18,36
	Рыба (филе) припущенная	100	13,25	1,875	-	69,34	59,16	100	13,25	1,875	-	69,34	59,16
	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,45	137,25	10,85	180	3,67	5,76	24,53	164,7	13,02
	Компот из кураги	200	0,6		7,6	33,5	4,64	200	0,6		7,6	33,5	4,64
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,07	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	22,88	80	6,7	5,8	54,2	437	-
	ИТОГО:	620	26,39	12,82	97,63	755,69	120,96	670	22,54	13,97	111,29	830,34	101,63
завтрак обучающихся с ОБЗ													
	Бутерброд с багомом 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 ячневая молочная со сливочным маслом	150/5	5	3	21	130	8,58	200/5	6,7	4	28	173,3	10,29
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	5,53	200	3	4	29	152	5,53
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,07	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,07
	Кондитерское изделие	30	1,2	4,83	21,15	132	12,50	30	1,2	4,83	21,15	132	12,50
	ИТОГО:	457,7	12,91	19,9	99,17	614,92	36,36	507,7	14,61	20,9	106,17	658,22	38,07
обеды обучающихся с ОБЗ													
	Нарезка из соленых огурцов	60	0,48	0,06	1,02	7,8	18,36	60	0,48	0,06	1,02	7,8	18,36
	Рассольник петербургский со сметаной	200/5	1,68	4,09	13,27	96,6	8,49	250/5	2,1	5,11	16,59	120,75	10,38
	Рыба (филе) припущенная	100	13,25	1,87	-	69,34	59,16	100	13,25	1,87	-	69,34	59,16
	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,45	137,25	10,85	180	3,67	5,76	24,53	164,7	13,02
	Компот из кураги	200	0,6		7,6	33,5	4,64	200	0,6		7,6	33,5	4,64
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,07	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	22,88	80	6,7	5,8	54,2	437	22,88
	ИТОГО:	825	28,07	16,9	110,9	852,29		925	30,64	19,0	127,88	951,09	134,89

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко

Меню на « 11 » *апреля* 2024 г

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №20

О.Б.Трусова

«10» *апреля* 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	цена
Завтраки Диета №8													
	Нарезка из соленых огурцов	60	0,48	0,06	1,02	7,8	18,36						
	Рыба (филе) припущенная	100	13,25	1,875	-	69,34	59,16						
	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,45	137,25	10,55						
	Компот из кураги	200	0,6		7,6	33,5	7,64						
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,8	0,3	13,35	56,7	1,83						
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	-						
	ИТОГО:	620	25,89	12,835	96,62	741,59	94,84						
Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9													
	Бутерброд с маслом, <i>сыром</i>	21,5/10	1,39	7,465	9,708	106,84	19,81						
	Каша ячневая молочная без сахара со	200/5	6,7	4	25,01	161,33	10,04						
	Кофейный напиток без сахара	200	0,6	0,2	3,6	18,2	4,25						
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,31						
	Фрукты <i>сезонно</i>	100	0,4	0,3	10,3	47	16,77						
	ИТОГО:	558	10,38	12,18	58,186	374,01	44,18						
Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9													
	Нарезка из свежих огурцов и	100	1	2,9	3,3	44,6	18,50						
	Рассольник петербургский	250/5	2,1	5,11	16,59	120,75	10,38						
	Рыба (филе) припущенная	100	13,25	1,875	-	69,34	59,16						
	Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,53	164,7	13,02						
	Компот из кураги без сахара	200	0,8		8,4	38,4	6,36						
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,31						
	ИТОГО:	856,5	22,11	15,86	62,388	478,43	118,73						
	Шеф-повар												Т.П. Ярошенко