

Меню на « 25 » апрель 20 14 г.

Утверждено  
 Директор МБОУ СОШ №20  
 О.Б. Трусова  
 «24» апрель 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 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	1,04	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	-	80	6,7	5,8	54,2	437	-
	ИТОГО:	620	26,39	12,82	97,63	755,69	98,08	670	22,54	13,97	111,29	830,34	101,63
<b>завтрак обучающихся с ОВЗ</b>													
	Бутерброд с багетом 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	10,19
	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	1,04	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,04
	Кондитерское изделие	30	1,2	4,83	21,15	132	11,50	30	1,2	4,83	21,15	132	11,50
	ИТОГО:	457,7	12,91	19,9	99,17	614,92	36,36	507,7	14,61	20,9	106,17	658,22	38,04
<b>обеда обучающихся с ОВЗ</b>													
	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	1,04	50	3,84	0,48	23,94	118	3,15
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	19,36	80	6,7	5,8	54,2	437	19,36
	ИТОГО:	825	28,07	16,9	110,9	852,29	125,93	925	30,64	19,0	127,88	951,09	131,04

Шеф-повар

*Я.Я.*

Т.П. Ярошенко

Меню на « 25 » *апреля* 2014 г

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №20  
*О.Б. Трусова*  
 « 24 » *апреля* 2014 г.

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

**Завтраки Диета №8**

	Нарезка из соленых огурцов												
	Рыба (филе) припущенная												
	Пюре картофельное												
	Компот из кураги												
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)												
	Булочка												
	ИТОГО:	60	0,48	0,06	1,02	7,8							18,36
		100	13,25	1,875	-	69,34							59,16
		150	3,06	4,8	20,45	137,25							19,85
		200	0,6		7,6	33,5							8,64
		30	1,8	0,3	13,35	56,7							1,83
		80	6,7	5,8	54,2	437							-
		620	25,89	12,835	96,62	741,59							98,84

**Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9**

	Бутерброд с маслом, <i>софле</i>												
	Каша ячневая молочная без сахара со												
	Кофейный напиток без сахара												
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)												
	Фрукты <i>соболю</i>												
	ИТОГО:	21,5/10	1,39	7,465	9,708	106,84							14,81
		200/5	6,7	4	25,01	161,33							19,04
		200	0,6	0,2	3,6	18,2							4,25
		21,5	1,29	0,215	9,568	40,64							1,31
		100	0,4	0,3	10,3	47							10,64
		558	10,38	12,18	58,186	374,01							54,05

**Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9**

	Нарезка из свежих огурцов и												
	Рассольник петербургский												
	Рыба (филе) припущенная												
	Пюре картофельное												
	Компот из кураги без сахара												
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)												
	ИТОГО:	100	1	2,9	3,3	44,6							28,50
		250/5	2,1	5,11	16,59	120,75							19,38
		100	13,25	1,875	-	69,34							59,16
		180	3,67	5,76	24,53	164,7							13,02
		200	0,8		8,4	38,4							6,36
		21,5	1,29	0,215	9,568	40,64							1,31
		856,5	22,11	15,86	62,388	478,43							118,43

Шеф-повар

*Т.П. Ярошенко*

Т.П. Ярошенко