

Меню на « 16 » апреля 2024 г.

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №20  
 О.Б.Трусова  
 « 15 » 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  |
| <b>завтраки</b>                  |  |            |       |       |          |                         |             |          |       |       |          |                         |       |
|                                  | Запеканка творожная со стухенным молоком | 70/10      | 9,45  | 8,26  | 20,09    | 194,18                  | —           | 70/10    | 9,45  | 8,26  | 20,09    | 194,18                  | —     |
|                                  | Курица тушеная с соусом                  | 100/50     | 26,9  | 18,9  |          | 285                     | 43,84       | 100/50   | 26,9  | 18,9  |          | 285                     | 43,84 |
|                                  | Рис припущенный                          | 150        | 3,0   | 9,0   | 36       | 241,5                   | 8,88        | 180      | 3,6   | 10,8  | 43,2     | 289,8                   | 10,68 |
|                                  | Кофейный напиток                         | 200        | 3     | 4     | 29       | 152                     | 5,63        | 200      | 3     | 4     | 29       | 152                     | 5,63  |
|                                  | 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  |
|                                  | Фрукты                                   | 100        | 0,4   | 0,4   | 9,8      | 47                      | —           | 100      | 0,4   | 0,4   | 9,8      | 47                      | —     |
|                                  | ИТОГО:                                   | 710        | 45,05 | 40,85 | 109,25   | 990,48                  | 60,32       | 760      | 47,19 | 42,84 | 126,03   | 1085,98                 | 63,50 |
| <b>завтрак обучающихся с ОВЗ</b> |  |            |       |       |          |                         |             |          |       |       |          |                         |       |
|                                  | 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 манная молочная со сливочным маслом | 150/5      | 3,3   | 4,35  | 24,6     | 124,5                   | 8,94        | 200/5    | 4,4   | 5,8   | 32,8     | 166                     | 10,88 |
|                                  | Чай с сахаром                            | 200        | 0,2   | -     | 15,0     | 58                      | 1,63        | 200      | 0,2   | -     | 15,0     | 58                      | 1,63  |
|                                  | Хлеб пшеничный 1 сорт                    | 30         | 2,3   | 0,29  | 14,36    | 70,8                    | 1,07        | 80       | 6,7   | 5,8   | 54,2     | 437                     | 1,07  |
|                                  | Булочка                                  | 80         | 6,7   | 5,8   | 54,2     | 437                     | 10,02       | 30       | 2,3   | 0,29  | 14,36    | 70,8                    | 1,07  |
|                                  | ИТОГО:                                   | 507,7      | 17,83 | 21,9  | 117,33   | 851,87                  | 48,22       | 542,85   | 18,93 | 23,42 | 125,53   | 893,37                  | 50,06 |
| <b>обеда обучающихся с ОВЗ</b>   |  |            |       |       |          |                         |             |          |       |       |          |                         |       |
|                                  | Запеканка творожная со стухенным молоком | 70/10      | 9,45  | 8,26  | 20,09    | 194,18                  | —           | 70/10    | 9,45  | 8,26  | 20,09    | 194,18                  | —     |
|                                  | Суп молочный с макаронными               | 200        | 5,75  | 5,21  | 18,84    | 145,2                   | —           | 250      | 7,19  | 6,51  | 23,55    | 181,5                   | —     |
|                                  | Курица тушеная с соусом                  | 100        | 26,9  | 18,9  |          | 285                     | 43,84       | 100      | 26,9  | 18,9  |          | 285                     | 43,84 |
|                                  | Рис припущенный                          | 150        | 3,0   | 9,0   | 36       | 241,5                   | 8,88        | 180      | 3,6   | 10,8  | 43,2     | 289,8                   | 10,68 |
|                                  | Кофейный напиток                         | 200        | 3     | 4     | 29       | 152                     | 5,63        | 200      | 3     | 4     | 29       | 152                     | 5,63  |
|                                  | Хлеб пшеничный 1 сорт                    | 30         | 2,3   | 0,29  | 14,36    | 70,8                    | 1,07        | 50       | 3,84  | 0,48  | 23,94    | 118                     | 1,07  |
|                                  | Фрукты                                   | 100        | 0,4   | 0,4   | 9,8      | 47                      | —           | 100      | 0,4   | 0,4   | 9,8      | 47                      | —     |
|                                  | ИТОГО:                                   | 860        | 50,8  | 46,0  | 128,09   | 1135,68                 | 60,32       | 960      | 54,38 | 49,3  | 149,58   | 1267,48                 | 62,12 |

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко

*Т.П.*



Меню на « 16 » апреля 2024 г.

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №20  
 О.Б. Трусова  
 «15» 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  |
| <b>Завтраки Диета №8</b>                  |                                    |            |       |      |          |                         |             |       |        |        |          |                         |       |
|   | Запеканка творожная со             |            |       |      |          |                         | 70/10       | 9,45  | 8,26   | 20,09  |          | 194,18                  | —     |
|   | Курица тушеная с соусом            |            |       |      |          |                         | 100/50      | 26,9  | 18,9   |        |          | 285                     | 43,84 |
|   | Рис припущенный                    |            |       |      |          |                         | 150         | 3,0   | 9,0    | 36     |          | 241,5                   | 8,88  |
|   | Кофейный напиток                   |            |       |      |          |                         | 200         | 3     | 4      | 29     |          | 152                     | 5,63  |
|   | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)      |            |       |      |          |                         | 30          | 1,8   | 0,3    | 13,35  |          | 56,7                    | 1,83  |
|   | Фрукты                             |            |       |      |          |                         | 100         | 0,4   | 0,4    | 9,8    |          | 47                      | —     |
|   | ИТОГО:                             |            |       |      |          |                         | 710         | 44,55 | 40,86  | 108,24 |          | 976,38                  | 60,08 |
| <b>Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9</b> |                                    |            |       |      |          |                         |             |       |        |        |          |                         |       |
|   | Бутерброд с сыром, маслом          |            |       |      |          |                         | 21,5/20     | 7,08  | 5,255  | 10,105 |          | 111,95                  | 14,19 |
|   | Каша гречневая молочная без сахара |            |       |      |          |                         | 200/5       | 9,6   | 3,2    | 34,6   |          | 206,2                   | 12,03 |
|   | Чай без сахара                     |            |       |      |          |                         | 200         |       |        | 0,3    |          | 1,2                     | 1,69  |
|   | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)      |            |       |      |          |                         | 21,5        | 1,29  | 0,215  | 9,568  |          | 40,64                   | 1,31  |
|   | Фрукты                             |            |       |      |          |                         | 100         | 0,4   | 0,4    | 9,8    |          | 47                      | 49,00 |
|   | ИТОГО:                             |            |       |      |          |                         | 568         | 18,37 | 9,07   | 64,373 |          | 406,99                  | 48,22 |
| <b>Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9</b>    |                                    |            |       |      |          |                         |             |       |        |        |          |                         |       |
|   | Суп картофельный с горохом         |            |       |      |          |                         | 250         | 7,5   | 5,0    | 20,0   |          | 162,5                   | —     |
|   | Курица тушеная с соусом            |            |       |      |          |                         | 100/50      | 26,9  | 18,9   |        |          | 285                     | 43,84 |
|   | Рис припущенный                    |            |       |      |          |                         | 180         | 3,6   | 10,8   | 43,2   |          | 289,8                   | 10,68 |
|   | 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                             |            |       |      |          |                         | 100         | 0,4   | 0,4    | 9,8    |          | 47                      | 20,64 |
|   | ИТОГО:                             |            |       |      |          |                         | 901,5       | 40,29 | 35,515 | 86,168 |          | 843,14                  | 80,62 |
|   | Шеф-повар                          |            |       |      |          |                         |             |       |        |        |          |                         |       |

Т.П. Ярошенко

Ш.Яр