

Меню на « 2 мая » 2014 г.

Утверждено
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б. Грусова
 «18» 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
завтраки													
	Нарезка из свежих помидоров	60	0,78	0,18	2,04	14,1	—	100	1,3	0,3	3,4	23,5	—
	Котлета рубленая из говядины	100	15,55	11,55	15,7	228,75	53,86	100	15,55	11,55	15,7	228,75	53,86
	<i>Макаронами отваренные</i>	150	2,78	6,48	34,52	213,53	6,19	180	3,33	7,77	41,42	256,23	7,45
	Сок фруктовый	200	1	-	21	94	22,00	200	1	-	21	94	22,00
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,07	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: <i>сочет мясным,</i>	620	29,11	24,3	141,82	1058,18	2,30	710	31,72	25,9	159,66	1157,48	2,30
	<i>Итого:</i>						109,30						111,94
завтрак обучающихся с ОБЗ													
	Бутерброд с багетом с маслом, повидлом	17,7/10/1	1,41	7,78	13,66	130,12	7,68	17,7/10/1	1,41	7,78	13,66	130,12	7,68
	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	150/5	6,6	5,1	18,45	146,25	8,97	200/5	8,8	6,8	24,6	195	10,80
	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	2,07	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,07
	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	14,51	22	96,62	631,17	36,85	507,7	16,71	23,7	102,77	679,92	38,68
обеда обучающихся с ОБЗ													
	Нарезка из свежих помидоров	60	0,78	0,18	2,04	14,1	—	100	1,3	0,3	3,4	23,5	—
	Суп-пюре из картофеля с гречками	200/10	3,2	4,88	17,2	126	10,60	250/10	4,0	6,1	21,5	157,5	12,95
	Котлета рубленая из говядины	100	15,55	11,5	15,7	228,75	53,86	100	15,55	11,5	15,7	228,75	53,86
	<i>Макаронами отваренные</i>	150	2,78	6,48	34,52	213,53	6,19	180	3,33	7,77	41,42	256,23	7,45
	Сок фруктовый	200	1	-	21	94	22,00	200	1	-	21	94	22,00
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,07	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: <i>сочет мясным,</i>	830	32,31	29,1	159,02	1184,18	2,30	970	35,72	32	223,16	1314,98	2,30
	<i>Итого:</i>						119,90						124,89

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко

Меню на « 2 » *март* 20 *14* г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
О.Б. Трусова
 « 17 » *марта* 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
Завтраки Диета №8													
	Нарезка из свежих помидоров						60	0,78	0,18	2,04	14,1		—
	Котлета рубленая из говядины						100	15,55	11,55	15,7	228,75		53,86
	<i>максимум овсянки</i>						150	2,78	6,48	34,52	213,53		6,19
	Сок фруктовый						200	1	-	21	94		22,00
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						30	1,8	0,3	13,35	56,7		1,83
	Булочка						80	6,7	5,8	54,2	437		22,88
	ИТОГО: <i>Средн. по классам.</i>						620	28,61	24,31	140,81	1044,08		2,30
	<i>Итого:</i>												109,06
Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9													
	Бутерброд с маслом, <i>сыром</i>						21,5/10	1,39	7,465	9,708	106,84		14,81
	Каша пшеничная молочная без						200/5	8,8	6,8	24,6	195		10,53
	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>Ягоды</i>						100	0,4	0,3	10,3	47		49,00
	ИТОГО:						558	12,48	14,98	57,776	407,68		79,90
Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9													
	Нарезка из свежих помидоров						100	1,3	0,3	3,4	23,5		—
	Суп-пюре из картофеля с гречками						250/10	4,68	8,01	26,12	193,9		12,80
	Котлета рубленая из говядины						100	15,55	11,55	15,7	228,75		53,86
	<i>максимум овсянки</i>						180	3,33	7,77	41,42	256,23		7,45
	Сок яблочный без сахара (консервы)						200	1	-	21	94		22,00
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568	40,64		1,31
	ИТОГО: <i>Средн. по классам.</i>						861,5	27,15	27,845	117,208	837,02		2,30
	<i>Итого:</i>												99,72
	Шеф-повар												

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко

Т.П. Яро