

Меню на « 8 » мая 20 24 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б.Грусова
 « 7 » мая 2014 г.

№ п/п	1-4 классы						5-11 классы					
	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена
завтраки												
	60	0,78	0,18	2,04	14,1	10,66	100	1,3	0,3	3,4	23,5	34,45
Нарезка из свежих помидоров	100	15,55	11,55	15,7	228,75	53,86	100	15,55	11,55	15,7	228,75	53,86
Котлета рубленая из говядины	150	6,0	2,0	3,6	177	6,19	180	7,2	2,4	43,2	212,4	4,45
Макаронные изделия отварные	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,30	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,30
Соус томатный	200	1	-	21	94	22,00	200	1	-	21	94	22,00
Сок фруктовый	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,07	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45
Хлеб пшеничный 1 сорт	590	30,58	16,52	94,15	646,2	104,08	680	33,84	17,23	112,29	738,2	113,51
ИТОГО:												
завтрак обучающихся с ОВЗ												
	17,7/10/	5,33	11,5	9,17	161,57	13,56	17,7/10/1	5,33	11,53	9,17	161,57	13,56
Бутерброд с батоном с маслом, сыром	150/5	3	2,25	18	103,5	19,16	200/5	4	3	24	138	12,42
Каша рисовая молочная со сливочным маслом	200	0,2	-	15,0	58	1,63	200	0,2	-	15,0	58	1,63
Чай с сахаром	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,07	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,07
Хлеб пшеничный 1 сорт	100	2,5	1,2	16	85	19,00	100	2,5	1,2	16	85	19,00
Йогурт молочный	527,7	13,33	15,2	72,53	478,87	48,42	577,7	14,33	16,02	78,53	513,37	59,68
ИТОГО:												
обеда обучающихся с ОВЗ												
	60	0,78	0,18	2,04	14,1	10,66	100	1,3	0,3	3,4	23,5	34,45
Нарезка из свежих помидоров	200/10	3,2	4,88	17,2	126	19,60	250/10	4,0	6,1	21,5	157,5	12,95
Суп-пюре из картофеля с грибами	100	15,55	11,5	15,7	228,75	53,86	100	15,55	11,5	15,7	228,75	53,86
Котлета рубленая из говядины	150	6,0	2,0	3,6	177	6,19	180	7,2	2,4	43,2	212,4	4,45
Макаронные изделия отварные	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,30	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,30
Соус томатный	200	1	-	21	94	22,00	200	1	-	21	94	22,00
Сок фруктовый	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,07	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45
Хлеб пшеничный 1 сорт	800	33,78	21,4	111,35	772,2	114,68	940	37,84	23,3	133,79	895,7	136,46
ИТОГО:												

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко

Меню на « 8 » мая 2024 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б.Грусова
 « 7 » мая 2024 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы				5-11 классы				Энергетическая ценность	цена	
		выход	белки	жиры	углеводы	выход	белки	жиры	углеводы			
Завтраки Диета №8												
	Нарезка из свежих помидоров					60	0,78	0,18	2,04	14,1		20,66
	Котлета рубленая из говядины					100	15,55	11,5	15,7	228,75		53,86
	Макаронные изделия отварные					150	6,0	2,0	36	177		6,19
	Соус томатный					50	4,95	2,5	5,05	61,55		2,30
	Сок фруктовый					200	1	-	21	94		22,00
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)					30	1,8	0,3	13,35	56,7		1,83
	Йогурт молочный					100	2,5	1,2	16	85		19,00
	ИТОГО:					690	32,58	17,7	109,14	717,1		125,84
Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9												
	Бутерброд с сыром, майонез					21,5/20	7,08	5,255	10,105	111,95		14,81
	Каша рисовая молочная без сахара со					200/5	5,6	8,2	40	257,2		12,15
	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
	Йогурт молочный					100	2,5	1,2	16	85		19,00
	ИТОГО:					568	16,47	14,87	75,973	495,99		48,96
Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9												
	Нарезка из свежих помидоров					100	1,3	0,3	3,4	23,5		34,45
	Суп-поре 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
	Макаронные изделия отварные					180	7,2	2,4	43,2	212,4		4,45
	Соус томатный					50	4,95	2,5	5,05	61,55		2,30
	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:					911,5	35,97	24,97	124,038	854,74		134,14
	Шеф-повар											

Т.П. Ярошенко

А.Яр