

Меню « 5 » *«Секимеоре»* 20 14 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б.Трусова
«4 сентября 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 соленых огурцов	60	0,48	0,06	1,02	7,8	19,44	60	0,48	0,06	1,02	7,8	19,44
	Котлета рыбная	100	22,6	7,8	7,2	189,3	3,145	100	22,6	7,8	7,2	189,3	3,145
	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,45	137,25	11,90	180	3,67	5,76	24,53	164,7	13,23
	Сок фруктовый	200	1	-	21	94	18,40	200	1	-	21	94	18,40
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,22	50	3,84	0,48	23,94	118	3,40
	Кондитерское изделие	30	1,2	4,83	21,15	132	12,50	30	1,2	4,83	21,15	132	12,50
	ИТОГО:	570	30,6	17,7	85,18	631,15	95,91	620	32,79	18,9	98,84	705,8	98,42
завтрак обучающихся с ОВЗ													
	Бутерброд с батоном с маслом, повидлом	17,7/10/15	1,41	7,78	13,66	130,12	8,08	17,7/10/15	1,41	7,78	13,66	130,12	8,08
	Омлет натуральный	55	4,32	4,98	1,77	68,71	-	55	4,32	4,98	1,77	68,71	-
	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	150/5	7,05	4,65	31,95	190,35	9,80	200/5	9,4	6,2	42,6	253,8	11,83
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	5,44	200	3	4	29	152	5,44
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,22	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,22
	Кондитерское изделие	30	1,2	4,83	21,15	132	12,50	30	1,2	4,83	21,15	132	12,50
	ИТОГО:	512,7	19,2	26,5	111,89	743,98	38,34	562,7	21,6	28,0	122,54	807,43	40,40
обеда обучающихся с ОВЗ													
	Нарезка из соленых огурцов	60	0,48	0,06	1,02	7,8	19,44	60	0,48	0,06	1,02	7,8	19,44
	Рассольник петербургский со	200/5	1,68	4,09	13,27	96,6	9,23	250/5	2,1	5,11	16,59	120,75	11,29
	Котлета рыбная	100	22,6	7,8	7,2	189,3	3,145	100	22,6	7,8	7,2	189,3	3,145
	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,45	137,25	11,90	180	3,67	5,76	24,53	164,7	13,23
	Сок фруктовый	200	1	-	21	94	18,40	200	1	-	21	94	18,40
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,22	50	3,84	0,48	23,94	118	3,40
	ИТОГО:	745	31,1	17,0	77,3	595,75	92,64	845	33,69	19,2	94,28	694,55	94,51

Шеф-повар *Я.Я.* Т.П. Ярошенко

Меню на 5 сентября 2024 год

Директор МБОУ СОШ №20
О.Б.Трусова
« 4 сентября 2024 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы				5-11 классы						
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	
Завтраки Диета №8												
	Нарезка из соленых огурцов											
	Котлета рыбная	60	0,48	0,06	1,02	7,8						
	Пюре картофельное	100	22,6	7,8	7,2	189,3						
	Сок фруктовый	150	3,06	4,8	20,45	137,25						
	Хлеб ржаной (ржано-кандитерское изделие)	200	1	-	21	94						
	ИТОГО:	30	1,8	0,3	13,35	56,7						
		30	1,2	4,83	21,15	132						
		570	30,14	17,79	84,17	617,05						

Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Бутерброд с маслом	21,5/10	1,39	7,465	9,708	106,84						8,48
	Омлет натуральный	55	4,32	4,98	1,77	68,71						-
	Каша пшеничная молочная без сахара со сливочным	200/5	6,6	7	28,8	202						11,56
	Кофейный напиток без сахара	200	0,6	0,2	3,6	18,2						4,39
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	21,5	1,29	0,215	9,568	40,64						1,41
	Фрукты ассорти	100	0,4	0,3	10,3	47						39,0
	ИТОГО:	613	14,6	20,16	63,746	483,39						65,14

Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Салат из свежих огурцов	100	1	2,9	3,3	44,6							16,84
	Рассольник петербургский	250/5	2,1	5,11	16,59	120,75							11,29
	Котлета рыбная	100	22,6	7,8	7,2	189,3							31,45
	Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,53	164,7							13,23
	Сок яблочный без сахара (консервы)	200	1	-	21	94							18,40
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	21,5	1,29	0,215	9,568	40,64							1,41
	ИТОГО:	856,5	31,66	21,785	82,188	653,99							92,65
													12,50
													109,15

Шеф-повар

Я. Я.

Т.П. Ярошенко

Меню на « ____ » ____ 20 ____ г.

Утверждаю