

Меню « Б » сентябрь 2024 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б. Трусова
Рун
 « 5 » сентябрь 2024 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы						5-11 классы					
		выход	белк и	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена
завтраки													
	Бутерброд с батоном с повидлом	17,7/15	1,33	0,53	13,53	64,02	4,39	17,7/15	1,33	0,53	13,53	64,02	4,39
	Котлета домашняя	100	15,4	18,9	5,6	260,3	54,84	100	15,4	18,9	5,6	260,3	54,84
	Овощное рагу	150	4,5	7,95	19,05	177	9,31	180	5,4	9,54	22,86	212,4	11,17
	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	1,12	50	3,84	0,48	23,94	118	3,70
	Фрукты <i>банан</i>	100	0,4	0,4	9,8	47	30,42	100	0,4	0,4	9,8	47	30,42
	ИТОГО:	612,7	24,5	28,0	69,94	652,62	114,82	662,7	26,97	29,8	83,33	735,22	115,16
завтрак обучающихся с ОВЗ													
	Бутерброд с батоном с маслом, сыром	17,7/10/15	5,33	11,5	9,17	161,57	16,77	17,7/10/15	5,33	11,5	9,17	161,57	16,77
	Каша рисовая молочная со сливочным маслом	150/5	3	2,25	18	103,5	10,61	200/5	4	3	24	138	12,94
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58	1,63	200	0,2	-	15,0	58	1,63
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	24,64	80	6,7	5,8	54,2	437	24,64
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,12	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,12
	ИТОГО:	507,7	17,5	19,8	110,73	830,87	55,87	557,7	18,5	20,6	116,73	865,37	58,20
обеда обучающихся с ОВЗ													
	Салат из белокочанной капусты	60	0,85	3,05	5,41	52,44	4,14	100	1,41	5,08	9,02	87,4	6,80
	Суп-пюре из картофеля с гречками	200/10	3,2	4,88	17,2	126	11,49	250/10	4,0	6,1	21,5	157,5	14,03
	Котлета домашняя	100	15,4	18,9	5,6	260,3	54,84	100	15,4	18,9	5,6	260,3	54,84
	Овощное рагу	150	4,5	7,95	19,05	177	9,31	180	5,4	9,54	22,86	212,4	11,17
	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	1,12	50	3,84	0,48	23,94	118	3,70
	Фрукты <i>банан</i>	100	0,4	0,4	9,8	47	30,42	100	0,4	0,4	9,8	47	30,42
	ИТОГО:	850	27,2	35,4	79,02	767,04	123,06	990	31,05	40,5	100,32	916,1	131,60

Шеф-повар

Я. Ян

Т.П. Ярошенко

меню на 6 сентября 2024 год

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

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы				5-11 классы				энергетическая ценность	цена
		выход	белки	жиры	углеводы	выход	белки	жиры	углеводы		
	Бутерброд с батоном с повидлом					17,7/15	1,33	0,53	13,53	64,02	
	Котлета домашняя					100	15,4	18,9	5,6	260,3	
	Овощное рагу					150	4,5	7,95	19,05	177	
	Компот из кураги					200	0,6		7,6	33,5	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)					30	1,8	0,3	13,35	56,7	
	Фрукты					100	0,4	0,4	9,8	47	
	ИТОГО:					612,7	24,03	28,08	68,93	638,52	

Завтраки Диета №8

Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Бутерброд с сыром					21,5/20	7,08	5,255	10,105	111,95	15,33
	Каша рисовая молочная без сахара со сливочным					200/5	5,6	8,2	40	257,2	11,67
	Чай без сахара					200			0,3	1,2	1,69
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)					21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,41
	Фрукты					100	0,4	0,4	9,8	47	30,42
	ИТОГО:					568	14,37	14,07	159,62	547,99	61,52

Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Салат из белокочанной капусты					100	1,41	5,08	9,02	87,4	6,80
	Суп-пюре из картофеля с гречками					250/10	4,68	8,01	26,12	193,9	13,87
	Котлета домашняя					100	15,4	18,9	5,6	260,3	57,84
	Овощное рагу					180	5,4	9,54	22,86	212,4	11,17
	Компот из кураги без сахара					200	0,8		8,4	38,4	6,36
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)					21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,41
	Фрукты					100	0,4	0,4	9,8	47	30,42
	ИТОГО:					961,5	29,38	42,145	91,368	880,04	127,87

Шеф-повар

Т.П.

Т.П. Ярошенко

Меню на «___» _____ 20___ г.

Утверждаю