

Меню « 3 » сентября 2024 г.

Утверждено

Директор МБОУ СОШ №20

О.Б.Грусова

« 3 » сентября 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
завтраки													
	Запеканка творожная со сгущенным	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	30,48	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	30,48
	Курица тушеная с соусом	100/50	26,9	18,9		285	43,82	100/50	26,9	18,9		285	43,82
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	42	300	8,43	180	10,8	12,6	50,4	360	8,88
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	5,77	200	3	4	29	152	5,77
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,22	50	3,84	0,48	23,94	118	3,70
	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	—	100	0,4	0,4	9,8	47	—
	ИТОГО:	710	51,0	42,3	115,25	1048,98	89,72	760	54,39	44,6	133,23	1156,18	91,65
завтрак обучающихся с ОБЗ													
	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
	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	150/5	5	3	21	130	9,20	200/5	6,7	4	28	173,3	11,03
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	5,77	200	3	4	29	152	5,77
	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
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	20,90	80	6,7	5,8	54,2	437	20,90
	ИТОГО:	507,7	18,4	20,8	132,22	919,92	46,17	557,7	20,1	21,8	139,22	963,22	48,00
обеда обучающихся с ОБЗ													
	Запеканка творожная со сгущенным	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	30,48	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	30,48
	Суп молочный с макаронными	200	5,75	5,21	18,84	145,2	8,97	250	7,19	6,51	23,55	181,5	9,96
	Курица тушеная с соусом	100	26,9	18,9		285	43,82	100	26,9	18,9		285	43,82
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	42	300	8,43	180	10,8	12,6	50,4	360	8,88
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	5,77	200	3	4	29	152	5,77
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,22	50	3,84	0,48	23,94	118	3,70
	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	—	100	0,4	0,4	9,8	47	—
	ИТОГО:	860	56,8	47,5	134,09	1194,18	97,69	960	61,58	51,1	156,78	1337,68	101,61

Шеф-повар

Ж. Ян

Т.П. Ярошенко

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы				5-11 классы				Энергетическая ценность	цена	
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	белки	жиры	углеводы			
Завтраки Диета №8												
	Запеканка творожная со					70/10	9,45	8,26	20,09		194,18	
	Курица тушеная с соусом					100/50	26,9	18,9			285	
	Каша гречневая рассыпчатая					150	9,0	10,5	42		300	
	Кофейный напиток					200	3	4	29		152	
	Хлеб ржаной (ржано-					30	1,8	0,3	13,35		56,7	
	Фрукты					100	0,4	0,4	9,8		47	
	ИТОГО:					710	50,55	42,36	114,24		1034,88	
Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9												
	Бутерброд с маслом					21,5/10	1,39	7,465	9,708		106,84	8,78
	Каша ячневая молочная без сахара со сливочным					200/5	6,7	4	25,01		161,33	10,76
	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					100	0,4	0,3	10,3		47	-
	ИТОГО:					558	10,38	12,18	58,186		374,01	15,34
Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9												
	Суп картофельный с горохом					250	7,5	5,0	20,0		162,5	5,25
	Курица тушеная с соусом					100/50	26,9	18,9			285	43,82
	Каша гречневая рассыпчатая					180	10,8	12,6	50,4		360	8,88
	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 <u>ягоды</u>					100	0,4	0,4	9,8		47	39,00
	ИТОГО:					901,5	47,49	37,315	93,368		913,34	102,75
	Шеф-повар											

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко