

Меню « 16 » сентября 20 24 г.

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №20  
 О.Б. Гусов

« 15 » сентября 20 24 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
<b>завтраки</b>													
	Салат из свежей моркови	60	0,7	4,38	3,96	57,9	3,72	60	0,7	4,38	3,96	57,9	6,13
	Гуляш из свинины с соусом	50/50	14,4	16,6	3,5	225,5	33,16	50/50	14,4	16,6	3,5	225,5	33,16
	Макаронные изделия отварные	150	6,0	2,0	36	177	6,95	180	7,2	2,4	43,2	212,4	8,37
	Компот из сухофруктов	200	1	-	32	124	3,15	200	1	-	32	124	3,15
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,22	30	2,3	0,29	14,36	70,8	3,70
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	24,64	80	6,7	5,8	54,2	437	24,64
	ИТОГО:	620	31,1	29,07	144,02	1092,2	83,94	650	32,3	29,47	151,22	1127,6	89,15
<b>завтрак обучающихся с ОВЗ</b>													
	Бутерброд с багетом 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	11,91	55	4,32	4,98	1,77	68,71	11,91
	Каша манная молочная со сливочным маслом	150/5	3,3	4,35	24,6	124,5	9,62	200/5	4,4	5,8	32,8	166	11,61
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	5,77	200	3	4	29	152	5,77
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,22	30	2,3	0,29	14,36	70,8	3,70
	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	12,5	26,2	104,54	678,13	50,10	562,7	16,63	27,68	112,74	719,63	52,09
<b>обеды обучающихся с ОВЗ</b>													
	Салат из свежей моркови	60	0,7	4,38	3,96	57,9	3,72	100	1,2	7,3	6,6	96,5	6,13
	Суп картофельный с макаронными	200	2,15	2,27	13,71	83,8	4,82	250	2,69	2,84	17,14	104,75	5,90
	Гуляш из свинины с соусом	50/50	14,4	16,6	3,5	225,5	33,16	50/50	14,4	16,6	3,5	225,5	33,16
	Макаронные изделия отварные	150	6,0	2,0	36	177	3,15	180	7,2	2,4	43,2	212,4	8,37
	Компот из сухофруктов	200	1	-	32	124	6,95	200	1	-	32	124	3,15
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,22	50	3,84	0,48	23,94	118	3,70
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	24,64	80	6,7	5,8	54,2	437	24,64
	ИТОГО:	820	33,2	31,3	157,73	1176	48,76	960	37,03	35,4	180,58	1318,15	85,15
Шеф-повар	Т.П. Ярошенко												

*Т.П.*



№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы				5-11 классы						
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность
	Салат из свежей моркови						60	0,7	4,38	3,96	57,9	
	Гуляш из свинины с соусом						50/50	14,4	16,6	3,5	225,5	
	Макаронные изделия отварные						150	6,0	2,0	36	177	
	Компот из сухофруктов						200	1	-	32	124	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						30	1,8	0,3	13,35	56,7	
	Булочка						80	6,7	5,8	54,2	437	
	ИТОГО:						620	30,6	29,08	143,01	1078,1	

**Завтраки Диета №8**

**Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9**

	Бутерброд с маслом						21,5/10	1,39	7,465	9,708	106,84	8,78
	Каша гречневая молочная без сахара со сливочным						200/5	9,6	3,2	34,6	206,2	12,05
	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 <i>иссухт</i>						100	0,4	0,3	10,3	47	39,00
	ИТОГО: <i>Оссем</i>						548	13,28	11,38	67,776	418,88	11,91
	<i>ИТОГО:</i>											77,54

**Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9**

	Салат из моркови						100	1,2	2	6,6	67	5,79
	Суп картофельный с макаронными						250	2,69	2,84	17,14	104,75	5,90
	Гуляш из свинины с соусом						50/50	14,4	16,6	3,5	225,5	33,26
	Макаронные изделия отварные						180	7,2	2,4	43,2	212,4	8,38
	Компот из сухофруктов без сахара						200	0,8		13,2	58,6	1,78
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,41
	ИТОГО:						851,5	27,58	24,055	93,208	708,89	56,50

Шеф-повар

*Я. Я. Я.*

Т.П. Ярошенко