

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы						5-11 классы					
		выход	белк и	жиры	углеводы	энергетич еская ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы	энергетич еская ценность	цена
завтраки													
	Салат из белокочанной капусты	60	0,85	3,05	5,41	52,44	4,11	100	1,41	5,08	9,02	87,4	6,74
	Рыба (филе) припущенная	100	13,2	1,875	-	69,34	42,26	100	13,25	1,875	-	69,34	42,26
	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 I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,22	50	3,84	0,48	23,94	118	3,40
	Фрукты <i>сезонно</i>	100	0,4	0,4	9,8	47	22,24	100	0,4	0,4	9,8	47	22,24
	ИТОГО:	640	20,8	10,41	71,02	470,83	131,13	730	23,57	13,59	88,29	580,44	136,54
завтрак обучающихся с ОБЗ													
	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	11,53	9,17	161,57	16,77
	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
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58	1,63	200	0,2	-	15,0	58	1,63
	Хлеб пшеничный I 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	24,64	80	6,7	5,8	54,2	437	24,64
	ИТОГО:	507,7	21,5	22,2	124,68	917,72	55,06	557,7	23,93	23,82	135,33	981,17	54,09
обеды обучающихся с ОБЗ													
	Салат из белокочанной капусты	60	0,85	3,05	5,41	52,44	4,11	100	1,41	5,08	9,02	87,4	6,74
	Суп картофельный с горохом	200	6,0	4,0	16	130	4,26	250	7,5	5,0	20,0	162,5	5,33
	Рыба (филе) припущенная	100	13,2	1,87	-	69,34	42,26	100	13,25	1,87	-	69,34	42,26
	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 I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,22	50	3,84	0,48	23,94	118	3,40
	Фрукты <i>сезонно</i>	100	0,4	0,4	9,8	47	22,24	100	0,4	0,4	9,8	47	22,24
	ИТОГО:	840	26,8	14,4	87,02	600,83	135,39	980	31,07	18,5	108,29	742,94	144,90
Шеф-повар	<i>Я. Ян</i>												
	Т.П. Ярошенко												

Меню на « 17 » сентября 20 14 г.

Утверждено

Директор МБОУ СОШ №2С

О.Б.Грусов

« 16 » 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
	Салат из белокочанной капусты						60	0,85	3,05	5,41		52,44	
	Рыба (филе) припущенная						100	13,25	1,875	-		69,34	
	Пюре картофельное						150	3,06	4,8	20,45		137,25	
	Сок фруктовый						200	1	-	21		94	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						30	1,8	0,3	13,35		56,7	
	Фрукты						100	0,4	0,4	9,8		47	
	ИТОГО:						640	20,36	10,425	70,01		456,73	

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 пшеничная молочная без сахара со сливочным						200/5	6,6	7	28,8		202		11,56
	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		22,24
	ИТОГО:						568	15,37	12,87	58,573		402,79		52,23

Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Салат из белокочанной капусты						100	1,41	5,08	9,02		87,4		6,84
	Суп картофельный с горохом						250	7,5	5,0	20,0		162,5		5,33
	Рыба (филе) припущенная						100	13,25	1,875	-		69,34		8,226
	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		3,80
	Фрукты						100	0,4	0,4	9,8		47		22,24
	ИТОГО:						951,5	28,52	18,33	93,918		665,58		141,90

Шеф-повар

Т.Яр

Т.П. Ярошенко