

Меню на « 15 » ноября 20 24 г.

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №20  
Р.Яр  
 «11» ноября 2024г.  
 О.Б. Трусова

№ 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
<b>завтраки</b>													
	Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,43	40,38	13,12	100	0,76	6,09	2,38	67,3	11,85
	Котлета домашняя	100	15,4	18,9	5,6	260,3	60,93	100	15,4	18,9	5,6	260,3	60,93
	Макаронные изделия отварные	150	6,0	2,0	36	177	4,55	180	7,2	2,4	43,2	212,4	9,09
	Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,49	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,49
	Кисель «Витошка»	200	-	-	18,4	73,6	9,00	200	-	-	18,4	73,6	9,00
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	50	3,84	0,48	23,94	118	4,07
	ИТОГО:	590	29,1	27,3	80,84	683,63	95,53	680	32,15	30,37	98,57	793,15	108,43
<b>завтрак обучающихся с ОВЗ</b>													
	Бутерброд с батоном с маслом, сыром	17,7/10/15	5,33	11,5	9,17	161,57	18,57	17,7/10/15	5,33	11,53	9,17	161,57	18,57
	Яйцо вареное	40	5,12	4,64	0,28	63,48	9,50	40	5,12	4,64	0,28	63,48	9,50
	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	150/5	5	3	21	130	9,74	200/5	6,7	4	28	173,3	11,60
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58	1,63	200	0,2	-	15,0	58	1,63
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44
	Кондитерское изделие	38	0,76	4,48	8,63	77,9	12,50	38	0,76	4,48	8,63	77,9	12,50
	ИТОГО:	505,7	18,7	23,9	68,44	561,75	53,41	555,7	20,41	24,94	75,44	605,05	55,24
<b>обеда обучающихся с ОВЗ</b>													
	Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,43	40,38	13,12	100	0,76	6,09	2,38	67,3	11,85
	Суп-пюре из картофеля с гречками	200/10	3,2	4,88	17,2	126	13,59	250/10	4,0	6,1	21,5	157,5	16,62
	Котлета домашняя	100	15,4	18,9	5,6	260,3	60,93	100	15,4	18,9	5,6	260,3	60,93
	Макаронные изделия отварные	150	6,0	2,0	36	177	4,55	180	7,2	2,4	43,2	212,4	9,09
	Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,49	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,49
	Кисель «Витошка»	200	-	-	18,4	73,6	9,00	200	-	-	18,4	73,6	9,00
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	50	3,84	0,48	23,94	118	4,07
	ИТОГО:	800	32,3	32,22	98,04	809,63	109,12	940	36,15	36,4	120,07	950,65	124,05

Шеф-повар

Я.Яр

Т.П. Ярошенко



Меню на « 25 » ноября 2024 г.

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №20  
О.Б. Трусова  
 « 25 » ноября 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
<b>Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9</b>													
	Бутерброд с сыром, <i>маслом</i>						21,5/20	7,08	5,255	10,105	111,95	19,72	
	Яйцо вареное						40	5,12	4,64	0,28	63,48	9,50	
	Каша ячневая молочная без сахара со сливочным						200/5	6,7	4	25,01	161,33	11,32	
	Чай без сахара						200			0,3	1,2	1,69	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,55	
	Фрукты <i>сладкие</i>						100	0,4	0,4	9,8	47	63,94	
	ИТОГО:						608	148,3	14,51	55,063	425,6	107,72	
<b>Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9</b>													
	Салат из свежих огурцов						100	0,76	6,09	2,38	67,3	21,85	
	Суп-пюре из картофеля с гренками						250/10	4,68	8,01	26,12	193,9	16,44	
	Котлета домашняя						100	15,4	18,9	5,6	260,3	60,93	
	Макаронные изделия отварные						180	7,2	2,4	43,2	212,4	9,09	
	Соус томатный						50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,49	
	Компот из свежих яблок без сахара						200	0,18	0,2	9,4	17	8,34	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,55	
	ИТОГО:						911	34,46	38,315	101,318	853,09	120,69	
	Шеф-повар												

Т.П. Ярошенко

*Т.П.*