

Меню на « 21 » ноября 20 14 г.

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №20

О.Б. Грусова

« 21 » ноября 20 14 г.

№ 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**

	Нарезка из соленых огурцов	60	0,48	0,06	1,02	7,8	19,44	60	0,48	0,06	1,02	7,8	19,44
	Котлета рыбная	100	22,6	7,8	7,2	189,3	40,48	100	22,6	7,8	7,2	189,3	40,48
	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,45	137,25	14,80	180	3,67	5,76	24,53	164,7	16,72
	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	1,44	50	3,84	0,48	23,94	118	4,07
	Кондитерское изделие <u>буревица</u>	30	1,2	4,83	21,15	132	17,28	30	1,2	4,83	21,15	132	17,28
	ИТОГО:	570	30,6	17,7	85,18	631,15	122,84	620	32,79	18,93	98,84	705,8	116,39

**завтрак обучающихся с ОВЗ**

	Бутерброд с багетом с маслом, повидлом	17,7/10/15	1,41	7,78	13,66	130,12	8,88	17,7/10/15	1,41	7,78	13,66	130,12	8,88
	Омлет натуральный	55	4,32	4,98	1,77	68,71	11,79	55	4,32	4,98	1,77	68,71	11,79
	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	150/5	7,05	4,65	31,95	190,35	10,37	200/5	9,4	6,2	42,6	253,8	12,40
	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	1,44	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,44
	Кондитерское изделие <u>савоярдо</u>	30	1,2	4,83	21,15	132	18,08	30	1,2	4,83	21,15	132	18,08
	ИТОГО:	512,7	19,2	26,5	111,89	743,98	68,33	562,7	21,63	28,08	122,54	807,43	70,36

**обеды обучающихся с ОВЗ**

	Нарезка из соленых огурцов	60	0,48	0,06	1,02	7,8	19,44	60	0,48	0,06	1,02	7,8	19,44
	Рассольник петербургский со сметаной	200/5	1,68	4,09	13,27	96,6	10,17	250/5	2,1	5,11	16,59	120,75	12,46
	Котлета рыбная	100	22,6	7,8	7,2	189,3	40,48	100	22,6	7,8	7,2	189,3	40,48
	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,45	137,25	14,80	180	3,67	5,76	24,53	164,7	16,72
	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	1,44	50	3,84	0,48	23,94	118	4,07
	ИТОГО: <u>буревица</u>	745	31,1	17,0	77,3	595,75	17,28	845	33,69	19,2	94,28	694,55	17,28
	ИТОГО:						133,01						138,85

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко



Меню на «11» ноября 2014 г.

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №20  
*В. П.*  
 О.Б. Трусова  
 «10» ноября 2014 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы					5-11 классы				
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность

**Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9**

	Бутерброд с маслом, сыр					21,5/10	1,39	7,465	9,708	106,84	22,53
	Омлет натуральный					55	4,32	4,98	1,77	68,71	22,49
	Каша пшеничная молочная без сахара со сливочным					200/5	6,6	7	28,8	202	22,22
	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	1,55
	Фрукты					100	0,4	0,3	10,3	47	28,08
	ИТОГО:					613	14,6	20,16	63,746	483,39	81,46

**Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9**

	Салат из свежих огурцов и <i>капусты</i>					100	1	2,9	3,3	44,6	24,96
	Рассольник петербургский					250/5	2,1	5,11	16,59	120,75	22,46
	Котлета рыбная					100	22,6	7,8	7,2	189,3	49,48
	Пюре картофельное					180	3,67	5,76	24,53	164,7	16,82
	Сок яблочный без сахара (консервы)					200	1	-	21	94	28,40
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)					21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,55
	ИТОГО: <i>капусты</i>					856,5	31,66	21,785	82,188	653,99	28,08
	ИТОГО:										142,65

Шеф-повар *Т. П.*

Т.П. Ярошенко