

Меню на « 5 » *декабря* 20 *24* г.

Утверждено

Директор МБОУ СОШ №20



О.Б. Трусова  
« 4 » *декабря* 20*24* г.

| № п/п                                       | 1-4 классы |       |      |          |                         |        | 5-11 классы |       |       |          |                         |        |
|---|------------|-------|------|----------|-------------------------|--------|-------------|-------|-------|----------|-------------------------|--------|
|   | выход      | белки | жиры | углеводы | энергетическая ценность | цена   | выход       | белки | жиры  | углеводы | энергетическая ценность | цена   |
| <b>завтраки</b>                             |            |       |      |          |                         |        |             |       |       |          |                         |        |
|   | 60         | 0,48  | 0,06 | 1,02     | 7,8                     | 19,44  | 60          | 0,48  | 0,06  | 1,02     | 7,8                     | 19,44  |
| Нарезка из соленых огурцов                  | 100        | 22,6  | 7,8  | 7,2      | 189,3                   | 39,78  | 100         | 22,6  | 7,8   | 7,2      | 189,3                   | 39,78  |
| Котлета рыбная                              | 150        | 3,06  | 4,8  | 20,45    | 137,25                  | 14,80  | 180         | 3,67  | 5,76  | 24,53    | 164,7                   | 16,72  |
| Пюре картофельное                           | 200        | 1     | -    | 21       | 94                      | 18,40  | 200         | 1     | -     | 21       | 94                      | 18,40  |
| Сок фруктовый                               | 30         | 2,3   | 0,29 | 14,36    | 70,8                    | 2,44   | 50          | 3,84  | 0,48  | 23,94    | 118                     | 4,07   |
| Хлеб пшеничный 1 сорт                       | 30         | 1,2   | 4,83 | 21,15    | 132                     | 12,50  | 30          | 1,2   | 4,83  | 21,15    | 132                     | 12,50  |
| Кондитерское изделие                        | 570        | 30,6  | 17,7 | 85,18    | 631,15                  | 107,26 | 620         | 32,79 | 18,93 | 98,84    | 705,8                   | 109,91 |
| ИТОГО:                                      |            |       |      |          |                         |        |             |       |       |          |                         |        |
| <b>завтрак обучающихся с ОВЗ</b>            |            |       |      |          |                         |        |             |       |       |          |                         |        |
|   | 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   |
| Бутерброд с багоном с маслом, повидлом      | 55         | 4,32  | 4,98 | 1,77     | 68,71                   | 12,82  | 55          | 4,32  | 4,98  | 1,77     | 68,71                   | 12,82  |
| Омлет натуральный                           | 150/5      | 7,05  | 4,65 | 31,95    | 190,35                  | 10,37  | 200/5       | 9,4   | 6,2   | 42,6     | 253,8                   | 12,40  |
| Каша пшеничная молочная со сливочным маслом | 200        | 3     | 4    | 29       | 152                     | 5,77   | 200         | 3     | 4     | 29       | 152                     | 5,77   |
| Кофейный напиток                            | 30         | 2,3   | 0,29 | 14,36    | 70,8                    | 2,44   | 30          | 2,3   | 0,29  | 14,36    | 70,8                    | 2,44   |
| Хлеб пшеничный 1 сорт                       | 30         | 1,2   | 4,83 | 21,15    | 132                     | 12,50  | 30          | 1,2   | 4,83  | 21,15    | 132                     | 12,50  |
| Кондитерское изделие                        | 512,7      | 19,2  | 26,5 | 111,89   | 743,98                  | 52,78  | 562,7       | 21,63 | 28,08 | 122,54   | 807,43                  | 54,81  |
| ИТОГО:                                      |            |       |      |          |                         |        |             |       |       |          |                         |        |
| <b>обеда обучающихся с ОВЗ</b>              |            |       |      |          |                         |        |             |       |       |          |                         |        |
|   | 60         | 0,48  | 0,06 | 1,02     | 7,8                     | 19,44  | 60          | 0,48  | 0,06  | 1,02     | 7,8                     | 19,44  |
| Нарезка из соленых огурцов                  | 200/5      | 1,68  | 4,09 | 13,27    | 96,6                    | 10,21  | 250/5       | 2,1   | 5,11  | 16,59    | 120,75                  | 12,51  |
| Рассольник петербургский со сметаной        | 100        | 22,6  | 7,8  | 7,2      | 189,3                   | 39,78  | 100         | 22,6  | 7,8   | 7,2      | 189,3                   | 39,78  |
| Котлета рыбная                              | 150        | 3,06  | 4,8  | 20,45    | 137,25                  | 14,80  | 180         | 3,67  | 5,76  | 24,53    | 164,7                   | 16,72  |
| Пюре картофельное                           | 200        | 1     | -    | 21       | 94                      | 18,40  | 200         | 1     | -     | 21       | 94                      | 18,40  |
| Сок фруктовый                               | 30         | 2,3   | 0,29 | 14,36    | 70,8                    | 2,44   | 50          | 3,84  | 0,48  | 23,94    | 118                     | 4,07   |
| Хлеб пшеничный 1 сорт                       | 745        | 31,1  | 17,0 | 77,3     | 595,75                  | 109,07 | 845         | 33,69 | 19,2  | 94,28    | 694,55                  | 110,92 |
| ИТОГО:                                      |            |       |      |          |                         |        |             |       |       |          |                         |        |

Шеф-повар

*Т.П. Ярошенко*

Т.П. Ярошенко