

Меню на 11 декабря 2024 г.

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №20



О.Б. Трусова
«11 декабря 2024 г.»

№ п/п	1-4 классы						5-11 классы					
	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена
завтраки												
	60	0,7	4,38	3,96	57,9	3,10	60	0,7	4,38	3,96	57,9	5,11
Салат из свежей моркови	50/50	14,4	16,6	3,5	225,5	33,39	50/50	14,4	16,6	3,5	225,5	33,39
Гуляш из свинины с соусом	150	6,0	2,0	36	177	4,55	180	7,2	2,4	43,2	212,4	9,09
Макаронные изделия отварные	200	1	-	32	124	3,15	200	1	-	32	124	3,15
Компот из сухофруктов	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	30	2,3	0,29	14,36	70,8	4,08
Хлеб пшеничный 1 сорт	80	6,7	5,8	54,2	437	2,8, 2,8	80	6,7	5,8	54,2	437	2,8, 2,8
Булочка	620	31,1	29,0	144,02	1092,2	46,91	650	32,3	29,47	151,22	1127,6	82,09
ИТОГО:												
завтрак обучающихся с ОВЗ												
	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 батоном с маслом, повидлом	55	4,32	4,98	1,77	68,71	13,22	55	4,32	4,98	1,77	68,71	13,22
Омлет натуральный	150/5	3,3	4,35	24,6	124,5	10,18	200/5	4,4	5,8	32,8	166	12,18
Каша манная 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	29,00	30	1,2	4,83	21,15	132	29,00
Кондитерское изделие	512,7	12,5	26,2	104,54	678,13	69,49	562,7	16,63	27,68	112,74	719,63	71,49
ИТОГО:												
обеды обучающихся с ОВЗ												
	60	0,7	4,38	3,96	57,9	3,10	100	1,2	7,3	6,6	96,5	5,11
Салат из свежей моркови	200	6,0	4,0	16	130	4,92	250	7,5	5,0	20,0	162,5	6,16
Суп картофельный с горохом	50/50	14,4	16,6	3,5	225,5	33,39	50/50	14,4	16,6	3,5	225,5	33,39
Гуляш из свинины с соусом	150	6,0	2,0	36	177	4,55	180	7,2	2,4	43,2	212,4	9,09
Макаронные изделия отварные	200	1	-	32	124	3,15	200	1	-	32	124	3,15
Компот из сухофруктов	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	50	3,84	0,48	23,94	118	4,08
Хлеб пшеничный 1 сорт	80	6,7	5,8	54,2	437	2,8, 2,8	80	6,7	5,8	54,2	437	2,8, 2,8
Булочка	820	37,1	33,0	160,02	1222,2	81,83	960	41,84	37,5	183,44	1375,9	88,25
ИТОГО:												

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко

Меню на « 12 » декабря 20 14 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б. Трусова
 « 12 » декабря 20 14 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
	Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9												
	Бутиерброд с маслом, сахаром						21,5/10	1,39	7,465	9,708	106,84	211,3	
	Каша гречневая молочная без сахара со сливочным						200/5	9,6	3,2	34,6	206,2	13,11	
	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 <i>сезонно</i>						100	0,4	0,3	10,3	47	20,85	
	ИТОГО:						548	13,28	11,38	67,776	418,88	811,3	
	Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9												
	Салат из моркови						100	1,2	2	6,6	67	4,44	
	Суп картофельный с горохом						250	7,5	5,0	20,0	162,5	6,16	
	Гуляш из свинины с соусом						50/50	14,4	16,6	3,5	225,5	33,39	
	Макаронные изделия отварные						180	7,2	2,4	43,2	212,4	9,09	
	Компот из сухофруктов без сахара						200	0,8		13,2	58,6	1,44	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,55	
	ИТОГО:						851,5	32,39	26,215	96,068	766,64	56,43	

Шеф-повар

T. P.

Т.П. Ярошенко