

Меню на «16» декабря 2024 г.

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №20

МБОУ СОШ №20

СОШ №20



О.Б. Трусова
«13» декабря 2024 г.

№ п/п	1-4 классы							5-11 классы						
	выход	белк и	жиры	углеводы	энергетич еская ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы	энергетич еская ценность	цена		
завтраки														
	60	0,54	2,7	2,88	38,4	14,60	100	1,13	6,19	4,72	79,1	24,33		
Салат из свежих помидоров														
Гуляш из свинины с соусом	50/50	14,4	16,6	3,5	225,5	33,39	50/50	14,4	16,6	3,5	225,5	33,39		
Макаронные изделия отварные	150	6,0	2,0	36	177	41,55	180	7,2	2,4	43,2	212,4	9,09		
Чай с сахаром	200	0,2	15	15	58	1,63	200	0,2	-	15	58	1,63		
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:	540	23,4	21,5	71,74	569,7	59,61	630	26,77	25,67	90,36	693	41,51		
завтрак обучающихся с ОБЗ														
	17.7/10/15	5,33	11,5	9,17	161,57	14,89	17.7/10/15	5,33	11,53	9,17	161,57	14,89		
Бутерброд с батоном с маслом, сыром														
Яйцо вареное	40	5,12	4,64	0,28	63,48	9,90	40	5,12	4,64	0,28	63,48	9,90		
Каша манная молочная со сливочным маслом	150/5	3,3	4,35	24,6	124,5	10,18	200/5	4,4	5,8	32,8	166	12,18		
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	17,0	25,2	72,04	556,25	54,54	555,7	18,11	26,74	80,24	597,75	56,54		
обеды обучающихся с ОБЗ														
	60	0,54	2,7	2,88	38,4	14,60	100	1,13	6,19	4,72	79,1	24,33		
Салат из свежих помидоров														
Суп овсяный с овощами	200	1,6	2,56	9,2	65,6	4,93	250	2	3,2	11,5	82	6,15		
Гуляш из свинины с соусом	50/50	14,4	16,6	3,5	225,5	33,39	50/50	14,4	16,6	3,5	225,5	33,39		
Макаронные изделия отварные	150	6,0	2,0	36	177	41,55	180	7,2	2,4	43,2	212,4	9,09		
Чай с сахаром	200	0,2	15	15	58	1,63	200	0,2	-	15	58	1,63		
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:	740	25,0	24,1	80,94	635,3	64,54	880	28,77	28,8	101,86	775	48,66		

Шеф-повар

И.И. Мухоморова

Т.П. Ярошенко

Меню на « 16 » декабря 20 14 г.



Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б. Трусова
 « 13 » декабря 20 14 г.

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

Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Бутерброд с сыром <i>шавель</i>					21,5/20	7,08	5,255	10,105	111,95	20,13
	Яйцо вареное					40	5,12	4,64	0,28	63,48	9,90
	Каша гречневая молочная без сахара со сливочным					200/5	9,6	3,2	34,6	206,2	13,11
	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>соломка</i>					100	0,4	0,4	9,8	47	13,63
	ИТОГО:					608	23,49	13,71	64,653	470,47	70,01

Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Салат из свежих помидоров					100	1,13	6,19	4,72	79,1	24,33
	Суп овсяный с овощами					250	2	3,2	11,5	82	6,15
	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
	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
	ИТОГО:					851,5	26,02	28,605	72,788	640,84	76,20

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко