

Меню на « 10 » декабря 2014 г.
 Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 « 19 » декабря 2014 г.



О.Б. Трусова

№ 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												
	17,7/15	1,33	0,53	13,53	64,02	4,63	17,7/15	1,33	0,53	13,53	64,02	4,63
Бутерброд с батоном с повидлом	100	15,4	18,9	5,6	260,3	61,02	100	15,4	18,9	5,6	260,3	61,02
Котлета домашняя	150	4,5	7,95	19,05	177	9,03	180	5,4	9,54	22,86	212,4	10,84
Овощное рагу	200	0,6		7,6	33,5	4,64	200	0,6		7,6	33,5	4,64
Компот из кураги	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	50	3,84	0,48	23,94	118	4,08
Хлеб пшеничный I сорт	100	0,4	0,4	9,8	47	38,00	100	0,4	0,4	9,8	47	38,00
Фрукты <i>Янтарная</i>	612,7	24,5	28,0	69,94	652,62	124,46	662,7	26,97	29,85	83,33	735,22	126,20
ИТОГО:												
завтрак обучающихся с ОВЗ												
	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	150/5	3	2,25	18	103,5	12,75	200/5	4	3	24	138	15,44
Каша рисовая молочная со сливочным маслом	200	0,2	-	15,0	58	1,63	200	0,2	-	15,0	58	1,63
Чай с сахаром	80	6,7	5,8	54,2	437	23,10	80	6,7	5,8	54,2	437	23,10
Булочка	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44
Хлеб пшеничный I сорт	507,7	17,5	19,8	110,73	830,87	54,81	557,7	18,53	20,62	116,73	865,37	60,44
ИТОГО:												
обеда обучающихся с ОВЗ												
	60	0,85	3,05	5,41	52,44	3,44	100	1,41	5,08	9,02	87,4	5,64
Салат из белокочанной капусты	200/10	3,2	4,88	17,2	126	14,46	250/10	4,0	6,1	21,5	157,5	14,72
Суп-пюре из картофеля с гречками	100	15,4	18,9	5,6	260,3	61,02	100	15,4	18,9	5,6	260,3	61,02
Котлета домашняя	150	4,5	7,95	19,05	177	9,03	180	5,4	9,54	22,86	212,4	10,84
Овощное рагу	200	0,6		7,6	33,5	4,64	200	0,6		7,6	33,5	4,64
Компот из кураги	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	50	3,84	0,48	23,94	118	4,08
Хлеб пшеничный I сорт	100	0,4	0,4	9,8	47	38,00	100	0,4	0,4	9,8	47	38,00
Фрукты <i>Янтарная</i>	850	27,2	35,4	79,02	767,04	136,06	990	31,05	40,5	100,32	916,1	144,96
ИТОГО:												

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко

Меню на « 10 » декабря 2024 г.

Утверждено
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б.Трусова
 « 19 » декабря 2024 г.



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

Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Бутерброд с сыром, <i>молочный</i>						21,5/20	7,08	5,255	10,105	111,95	20,13
	Каша рисовая молочная без сахара со сливочным						200/5	5,6	8,2	40	257,2	15,13
	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>яблоки</i>						100	0,4	0,4	9,8	47	20,85
	ИТОГО:						568	14,37	14,07	159,62	547,99	59,35

Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Салат из белокочанной капусты						100	1,41	5,08	9,02	87,4	5,67
	Суп-пюре из картофеля с гренками						250/10	4,68	8,01	26,12	193,9	17,54
	Котлета домашняя						100	15,4	18,9	5,6	260,3	61,02
	Овощное рагу						180	5,4	9,54	22,86	212,4	10,84
	Компот из кураги без сахара						200	0,8		8,4	38,4	6,36
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,55
	Фрукты <i>яблоки</i>						100	0,4	0,4	9,8	47	38,00
	ИТОГО:						961,5	29,38	42,145	91,368	880,04	140,98

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко