

Меню на «13» февраля 2024 г.

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №20

МБОУ СОШ №20

«10» февраля 2024 г.



*Handwritten signature*

О.Б. Трусова

№ п/п	1-4 классы										5-11 классы													
	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена						
<b>завтраки</b>																								
	60	0,46	3,65	1,43	40,38	15,41	100	0,76	6,09	2,38	67,3	15,41	100	0,76	6,09	2,38	67,3	15,41	100					
Салат из свежих огурцов																								
Котлета домашняя	100	15,4	18,9	5,6	260,3	61,02	100	15,4	18,9	5,6	260,3	61,02	100	15,4	18,9	5,6	260,3	61,02	100	15,4	18,9	5,6	260,3	
Макаронные изделия отварные	150	6,0	2,0	36	177	8,19	180	7,2	2,4	43,2	212,4	8,19	180	7,2	2,4	43,2	212,4	8,19	180	7,2	2,4	43,2	212,4	
Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	1,68	50	4,95	2,5	5,05	61,55	1,68	50	4,95	2,5	5,05	61,55	1,68	50	4,95	2,5	5,05	61,55	
Кисель «Витошка»	200		-	18,4	73,6	9,50	200		-	18,4	73,6	9,50	200		-	18,4	73,6	9,50	200		-	18,4	73,6	
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,44	50	3,84	0,48	23,94	118	1,44	50	3,84	0,48	23,94	118	1,44	50	3,84	0,48	23,94	118	
ИТОГО:	590	29,1	27,3	80,84	683,63	99,24	680	32,15	30,37	98,57	793,15	99,24	680	32,15	30,37	98,57	793,15	99,24	680	32,15	30,37	98,57	793,15	
<b>завтрак обучающихся с ОБЗ</b>																								
	17,7/10/15	5,33	11,5	9,17	161,57	18,49	17,7/10/15	5,33	11,53	9,17	161,57	18,49	17,7/10/15	5,33	11,53	9,17	161,57	18,49	17,7/10/15	5,33	11,53	9,17	161,57	
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	40	5,12	4,64	0,28	63,48	9,90	40	5,12	4,64	0,28	63,48	
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	150/5	5	3	21	130	11,34	200/5	6,7	4	28	173,3	11,34	200/5	6,7	4	28	173,3	11,34	200/5	6,7	4	28	173,3	
Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58	1,63	200	0,2	-	15,0	58	1,63	200	0,2	-	15,0	58	1,63	200	0,2	-	15,0	58	
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	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	30	2,3	0,29	14,36	70,8	
Кондитерское изделие	38	0,76	4,48	8,63	77,9	12,50	38	0,76	4,48	8,63	77,9	12,50	38	0,76	4,48	8,63	77,9	12,50	38	0,76	4,48	8,63	77,9	
ИТОГО:	505,7	18,7	23,9	68,44	561,75	56,3	555,7	20,41	24,94	75,44	605,05	56,3	555,7	20,41	24,94	75,44	605,05	56,3	555,7	20,41	24,94	75,44	605,05	
<b>обеды обучающихся с ОБЗ</b>																								
	60	0,46	3,65	1,43	40,38	15,41	100	0,76	6,09	2,38	67,3	15,41	100	0,76	6,09	2,38	67,3	15,41	100	0,76	6,09	2,38	67,3	
Салат из свежих огурцов																								
Суп-пюре из картофеля с гречками	200/10	3,2	4,88	17,2	126	19,46	250/10	4,0	6,1	21,5	157,5	19,46	250/10	4,0	6,1	21,5	157,5	19,46	250/10	4,0	6,1	21,5	157,5	
Котлета домашняя	100	15,4	18,9	5,6	260,3	61,02	100	15,4	18,9	5,6	260,3	61,02	100	15,4	18,9	5,6	260,3	61,02	100	15,4	18,9	5,6	260,3	
Макаронные изделия отварные	150	6,0	2,0	36	177	8,19	180	7,2	2,4	43,2	212,4	8,19	180	7,2	2,4	43,2	212,4	8,19	180	7,2	2,4	43,2	212,4	
Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	1,68	50	4,95	2,5	5,05	61,55	1,68	50	4,95	2,5	5,05	61,55	1,68	50	4,95	2,5	5,05	61,55	
Кисель «Витошка»	200		-	18,4	73,6	9,50	200		-	18,4	73,6	9,50	200		-	18,4	73,6	9,50	200		-	18,4	73,6	
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	50	3,84	0,48	23,94	118	2,44	50	3,84	0,48	23,94	118	2,44	50	3,84	0,48	23,94	118	
ИТОГО:	800	32,3	32,22	98,04	809,63	113,4	940	36,15	36,4	120,07	950,65	113,4	940	36,15	36,4	120,07	950,65	113,4	940	36,15	36,4	120,07	950,65	

Шеф-повар

*Handwritten signature*

Т.П. Ярошенко