

Меню на «24» декабря 2024 г.

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №20



Р. Б.

О.Б. Трусова

«13» 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														
	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	33,04	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	33,04		
Запеканка творожная со стухенным	100	26,0	11	-	204,0	48,46	100	26,0	11,0	-	204	48,46		
Кура запеченная	150	3,0	9,0	36	241,5	10,37	180	3,6	10,8	43,2	289,8	12,48		
Рис припущенный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,68	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,68		
Соус томатный	200	3	4	29	152	6,42	200	3	4	29	152	6,42		
Кофейный напиток	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	100	0,4	0,4	9,8	47	-	100	0,4	0,4	9,8	47	-		
Фрукты	710	49,1	84,5	114,3	971,03	102,41	760	51,24	37,44	131,08	1066,53	106,15		
ИТОГО:														
завтрак обучающихся с ОВЗ														
	17,7/1	1,41	7,78	13,66	130,12	9,48	17,7/1	1,41	7,78	13,66	130,12	9,48		
Бутерброд с баконом с маслом, <i>повег.</i>	150/5	6,6	5,1	18,45	146,25	11,69	200/5	8,8	6,8	24,6	195	13,94		
Каша пшеничная молочная со	200	3	4	29	152	6,42	200	3	4	29	152	6,42		
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	80	6,7	5,8	54,2	437	-	80	6,7	5,8	54,2	437	-		
Булочка	507,7	20,01	22,9	129,67	936,17	30,03	557,7	22,21	24,67	135,82	984,92	32,28		
ИТОГО:														
обеда обучающихся с ОВЗ														
	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	33,04	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	33,04		
Запеканка творожная со стухенным	200	5,75	5,21	18,84	145,2	9,80	250	7,19	6,51	23,55	181,5	12,50		
Суп молочный с макаронными	100	26,0	11	-	204,0	48,46	100	26,0	11,0	-	204	48,46		
Курица запеченная	150	3,0	9,0	36	241,5	10,37	180	3,6	10,8	43,2	289,8	12,48		
Рис припущенный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,68	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,68		
Соус томатный	200	3	4	29	152	6,42	200	3	4	29	152	6,42		
Кофейный напиток	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	100	0,4	0,4	9,8	47	-	100	0,4	0,4	9,8	47	-		
Фрукты	910	54,85	40,6	133,14	1116,23	112,21	1010	58,43	43,9	154,63	1248,03	118,65		
ИТОГО:														

Шеф-повар

Т. П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко

Меню на « 14 » *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	выход	белки		

Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Бутерброд с маслом, <i>сахаром</i>					21,5/10	1,39	7,465	9,708	106,84	<i>11,43</i>
	Каша пшеничная молочная без сахара					200/5	8,8	6,8	24,6	195	<i>13,66</i>
	Кофейный напиток без сахара					200	0,6	0,2	3,6	18,2	<i>5,04</i>
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)					21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	<i>1,55</i>
	Фрукты <i>яблоки</i>					100	0,4	0,3	10,3	47	<i>10,85</i>
	ИТОГО:					558	12,48	14,98	57,776	407,68	<i>63,53</i>

Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Суп овсяный с овощами					250	2	3,2	11,5	82	<i>6,15</i>
	Кура запеченная					100	26,0	11,0	-	204	<i>48,46</i>
	Рис припущенный					180	3,6	10,8	43,2	289,8	<i>12,48</i>
	Соус томатный					50	4,95	2,5	5,05	61,55	<i>1,68</i>
	Кофейный напиток без сахара					200	0,6	0,2	3,6	18,2	<i>5,04</i>
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)					21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	<i>1,55</i>
	Фрукты <i>яблоки</i>					100	0,4	0,4	9,8	47	<i>10,85</i>
	ИТОГО:					901,5	38,84	28,315	82,718	743,19	<i>96,21</i>

Шеф-повар

Т. П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко