

Меню на « 14 » сентября 2015 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б.Грусова
 «13» сентября 2015 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

завтраки

	Запеканка творожная со стуженным	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	35,03	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	35,03
	Курица тушеная с соусом	100/50	26,9	18,9		285	40,88	100/50	26,9	18,9		285	40,88
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	42	300	9,38	180	10,8	12,6	50,4	360	11,21
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	6,88	200	3	4	29	152	6,88
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	50	3,84	0,48	23,94	118	4,08
	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	-	100	0,4	0,4	9,8	47	-
	ИТОГО:	710	51,0	42,3	115,25	1048,98	94,39	760	54,39	44,64	133,23	1156,18	98,85

завтрак обучающихся с ОБЗ

	Бутерброд с батоном с маслом, повидлом	17,7/10/15	1,41	7,78	13,66	130,12	9,48	17,7/10/15	1,41	7,78	13,66	130,12	9,48
	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	150/5	5	3	21	130	11,88	200/5	6,7	4	28	173,3	14,20
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	6,88	200	3	4	29	152	6,88
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	13,86	80	6,7	5,8	54,2	437	13,86
	ИТОГО:	507,7	18,4	20,8	132,22	919,92	54,32	557,7	20,11	21,87	139,22	963,22	56,65

обеда обучающихся с ОБЗ

	Запеканка творожная со стуженным	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	35,03	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	35,03
	Суп молочный с макаронными	200	5,75	5,21	18,84	145,2	10,50	250	7,19	6,51	23,55	181,5	13,13
	Курица тушеная с соусом	100	26,9	18,9		285	9,38	100	26,9	18,9		285	40,88
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	42	300	9,38	180	10,8	12,6	50,4	360	11,21
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	6,88	200	3	4	29	152	6,88
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	50	3,84	0,48	23,94	118	4,08
	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	-	100	0,4	0,4	9,8	47	-
	ИТОГО:	860	56,8	47,5	134,09	1194,18	104,89	960	61,58	51,1	156,78	1337,68	110,98

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко

Меню на « 14 » сентября 2015 г.



Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б.Грусова
 «13» сентября 2015 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 маслом, <i>сметана</i>					21,5/10	1,39	7,465	9,708	106,84		22,43
	Каша ячневая молочная без сахара со сливочным					200/5	6,7	4	25,01	161,33		13,92
	Кофейный напиток без сахара					200	0,6	0,2	3,6	18,2		5,39
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)					21,5	1,29	0,215	9,568	40,64		1,55
	Фрукты					100	0,4	0,3	10,3	47		27,80
	ИТОГО:					558	10,38	12,18	58,186	374,01		71,09

Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Суп картофельный с горохом					250	7,5	5,0	20,0	162,5		6,42
	Курица тушеная с соусом					100/50	26,9	18,9		285		40,77
	Каша гречневая рассыпчатая					180	10,8	12,6	50,4	360		11,21
	Кофейный напиток без сахара					200	0,6	0,2	3,6	18,2		6,77
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)					21,5	1,29	0,215	9,568	40,64		1,55
	Фрукты					100	0,4	0,4	9,8	47		27,80
	ИТОГО:					901,5	47,49	37,315	93,368	913,34		99,52

Шеф-повар

С.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко