

Меню на « 24 » сентября 2025 г.

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ №20  
О.Б. Трусова  
« 23 » сентября 2025 г.

| №<br>п/п                  | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД                          | 1-4 классы |           |      |          |                                | 5-11 классы |            |       |       |          |                                |       |
|---------------------------|--------------------------------------------|------------|-----------|------|----------|--------------------------------|-------------|------------|-------|-------|----------|--------------------------------|-------|
|                           |                                            | выход      | белк<br>и | жиры | углеводы | энергетич<br>еская<br>ценность | цена        | выход      | белки | жиры  | углеводы | энергетич<br>еская<br>ценность | цена  |
| завтраки                  |                                            |            |           |      |          |                                |             |            |       |       |          |                                |       |
|                           | Салат из белокочанной капусты              | 60         | 0,85      | 3,05 | 5,41     | 52,44                          | 4,06        | 100        | 1,41  | 5,08  | 9,02     | 87,4                           | 6,66  |
|                           | Жаркое по-домашнему                        | 300        | 15,9      | 27,9 | 40,2     | 479,1                          | 44,89       | 300        | 15,9  | 27,9  | 40,2     | 479,1                          | 44,89 |
|                           | <i>Мясная из сметанного</i>                | 200        | 1         | -    | 21       | 94                             | 3,15        | 200        | 1     | -     | 21       | 94                             | 3,15  |
|                           | Хлеб пшеничный 1 сорт                      | 30         | 2,3       | 0,29 | 14,36    | 70,8                           | 2,44        | 50         | 3,84  | 0,48  | 23,94    | 118                            | 4,08  |
|                           | <i>Фрукты</i>                              | 100        | 0,4       | 0,4  | 9,8      | 47                             | 24,28       | 100        | 0,4   | 0,4   | 9,8      | 47                             | 24,28 |
|                           | ИТОГО:                                     | 690        | 20,4      | 31,6 | 90,77    | 743,34                         | 84,82       | 730        | 22,55 | 33,86 | 103,96   | 825,5                          | 86,05 |
| завтрак обучающихся с ОВЗ |                                            |            |           |      |          |                                |             |            |       |       |          |                                |       |
|                           | Бутерброд с батонном с маслом, сыром       | 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 |
|                           | Каша пшениная молочная со сливочным маслом | 150/5      | 7,05      | 4,65 | 31,95    | 190,35                         | 12,48       | 200/5      | 9,4   | 6,2   | 42,6     | 253,8                          | 15,00 |
|                           | 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  |
|                           | Булочка                                    | 80         | 6,7       | 5,8  | 54,2     | 437                            | -           | 80         | 6,7   | 5,8   | 54,2     | 437                            | -     |
|                           | ИТОГО:                                     | 507,7      | 21,5      | 22,2 | 124,68   | 917,72                         | 35,03       | 557,7      | 23,93 | 23,82 | 135,33   | 981,17                         | 34,56 |
| обеда обучающихся с ОВЗ   |                                            |            |           |      |          |                                |             |            |       |       |          |                                |       |
|                           | Салат из белокочанной капусты              | 60         | 0,85      | 3,05 | 5,41     | 52,44                          | 4,06        | 100        | 1,41  | 5,08  | 9,02     | 87,4                           | 6,66  |
|                           | Суп картофельный с макаронными             | 200        | 2,15      | 2,27 | 13,71    | 83,8                           | 8,13        | 250        | 2,69  | 2,84  | 17,14    | 104,75                         | 8,91  |
|                           | Жаркое по-домашнему                        | 300        | 15,9      | 27,9 | 40,2     | 479,1                          | 44,89       | 300        | 15,9  | 27,9  | 40,2     | 479,1                          | 44,89 |
|                           | <i>Мясная из сметанного</i>                | 200        | 1         | -    | 21       | 94                             | 3,15        | 200        | 1     | -     | 21       | 94                             | 3,15  |
|                           | Хлеб пшеничный 1 сорт                      | 30         | 2,3       | 0,29 | 14,36    | 70,8                           | 2,44        | 50         | 3,84  | 0,48  | 23,94    | 118                            | 4,08  |
|                           | <i>Фрукты</i>                              | 100        | 0,4       | 0,4  | 9,8      | 47                             | 24,28       | 100        | 0,4   | 0,4   | 9,8      | 47                             | 24,28 |
|                           | ИТОГО:                                     | 890        | 22,6      | 33,9 | 104,48   | 827,14                         | 88,95       | 1000       | 25,24 | 36,7  | 121,1    | 930,25                         | 94,96 |

Шеф-повар

*Я. Я.*

Т.П. Ярошенко

Меню на « 24 » сентября 2015 г.

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ №20  
О.Б.Трусова  
«23» сентября 2015 г.

| №<br>п/п | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | 1-4 классы |       |          |          |                                | 5-11 классы |       |       |      |          |
|----------|-------------------|------------|-------|----------|----------|--------------------------------|-------------|-------|-------|------|----------|
|          |                   | выход      | белки | жир<br>ы | углеводы | энергети<br>ческая<br>ценность | цена        | выход | белки | жиры | углеводы |

### Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9

|  |                                               |  |  |  |  |  |  |         |       |       |        |        |       |
|--|-----------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|---------|-------|-------|--------|--------|-------|
|  | Бутерброд с сыром                             |  |  |  |  |  |  | 21,5/20 | 7,08  | 5,255 | 10,105 | 111,95 | 15,88 |
|  | Каша пшенная молочная без сахара со сливочным |  |  |  |  |  |  | 200/5   | 6,6   | 7     | 28,8   | 202    | 14,42 |
|  | 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>сезонные</i>                        |  |  |  |  |  |  | 100     | 0,4   | 0,4   | 9,8    | 47     | 18,04 |
|  | ИТОГО:                                        |  |  |  |  |  |  | 568     | 15,37 | 12,87 | 58,573 | 402,79 | 54,91 |

### Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9

|  |                                |  |  |  |  |  |  |       |       |        |         |        |       |
|--|--------------------------------|--|--|--|--|--|--|-------|-------|--------|---------|--------|-------|
|  | Салат из белокочанной капусты  |  |  |  |  |  |  | 100   | 1,41  | 5,08   | 9,02    | 87,4   | 6,66  |
|  | Суп картофельный с макаронными |  |  |  |  |  |  | 250   | 2,69  | 2,84   | 17,14   | 104,75 | 8,91  |
|  | Жаркое по-домашнему            |  |  |  |  |  |  | 300   | 15,9  | 27,9   | 40,2    | 479,1  | 44,89 |
|  | <i>кашенин цукерфруктов</i>    |  |  |  |  |  |  | 200   | 1     | -      | 21      | 94     | 1,48  |
|  | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)  |  |  |  |  |  |  | 21,5  | 1,29  | 0,215  | 9,568   | 40,64  | 1,55  |
|  | Фрукты <i>сезонные</i>         |  |  |  |  |  |  | 100   | 0,4   | 0,4    | 9,8     | 47     | 18,04 |
|  | ИТОГО:                         |  |  |  |  |  |  | 971,5 | 22,69 | 36,435 | 106,728 | 852,89 | 81,85 |

Шеф-повар

*Е.И.*

Т.П. Ярошенко