

Меню на « 28 » сентября 20 25 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б. Трусова
 «17» сентября 2025 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	35,07	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	35,07
	Курица тушеная с соусом	100/50	26,9	18,9		285	47,77	100/50	26,9	18,9		285	47,77
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	42	300	10,07	180	10,8	12,6	50,4	360	12,02
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	6,77	200	3	4	29	152	6,77
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	50	3,84	0,48	23,94	118	4,07
	Фрукты <i>кисельница</i>	100	0,4	0,4	9,8	47	23,88	100	0,4	0,4	9,8	47	23,88
	ИТОГО:	710	51,0	42,3	115,25	1048,98	126,00	760	54,39	44,64	133,23	1156,18	129,58
завтрак обучающихся с ОВЗ													
	Бутерброд с батоном с маслом, повидлом	17,7/10/15	1,41	7,78	13,66	130,12	10,13	17,7/10/15	1,41	7,78	13,66	130,12	10,13
	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	150/5	5	3	21	130	11,87	200/5	6,7	4	28	173,3	14,20
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	6,77	200	3	4	29	152	6,77
	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	27,28	80	6,7	5,8	54,2	437	27,28
	ИТОГО:	507,7	18,4	20,8	132,22	919,92	58,49	557,7	20,11	21,87	139,22	963,22	60,82
обеды обучающихся с ОВЗ													
	Запеканка творожная со стуженным	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	35,07	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	35,07
	Суп молочный с макаронными	200	5,75	5,21	18,84	145,2	10,71	250	7,19	6,51	23,55	181,5	13,39
	Курица тушеная с соусом	100	26,9	18,9		285	47,77	100	26,9	18,9		285	47,77
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	42	300	10,07	180	10,8	12,6	50,4	360	12,02
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	6,77	200	3	4	29	152	6,77
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	50	3,84	0,48	23,94	118	4,07
	Фрукты <i>кисельница</i>	100	0,4	0,4	9,8	47	23,88	100	0,4	0,4	9,8	47	23,88
	ИТОГО:	860	56,8	47,5	134,09	1194,18	136,71	960	61,58	51,1	156,78	1337,68	142,97

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко

Меню на « 18 » *сентября* 20 15 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
Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9													
	Бутерброд с маслом						21,5/10	1,39	7,465	9,708	106,84	12,55	
	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 <i>кисельница</i>						100	0,4	0,3	10,3	47	13,88	
	ИТОГО:						558	10,38	12,18	58,186	374,01	54,29	
Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9													
	Суп картофельный с горохом						250	7,5	5,0	20,0	162,5	8,38	
	Курица тушеная с соусом						100/50	26,9	18,9		285	47,77	
	Каша гречневая рассыпчатая						180	10,8	12,6	50,4	360	12,02	
	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 <i>кисельница</i>						100	0,4	0,4	9,8	47	13,88	
	ИТОГО:						901,5	47,49	37,315	93,368	913,34	99,36	

Шеф-повар *Т.П. Ярошенко*

Т.П. Ярошенко