





Меню на « 30 » сентября 2015 г.

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №20  
 О.Б. Трусова  
 «19» 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
<b>Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9</b>													
	Бутерброд с маслом				21,5/10		1,39	7,465	9,708	106,84		12,55	
	Омлет натуральный				55		4,32	4,98	1,77	68,71		14,24	
	Каша пшеничная молочная без сахара со сливочным				200/5		6,6	7	28,8	202		15,38	
	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>кешмишана</i>				100		0,4	0,3	10,3	47		21,49	
	ИТОГО:				613		14,6	20,16	63,746	483,39		70,58	
<b>Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9</b>													
	Салат из моркови				100		1,2	2	6,6	67		4,88	
	Рассольник петербургский				250/5		2,1	5,11	16,59	120,75		14,42	
	Котлета рыбная				100		22,6	7,8	7,2	189,3		48,33	
	Пюре картофельное				180		3,67	5,76	24,53	164,7		23,19	
	Компот из кураги без сахара				200		0,8		8,4	38,4		5,96	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)				21,5		1,29	0,215	9,568	40,64		1,55	
	ИТОГО:				856,5		31,66	20,885	72,888	620,79		98,22	
	Шеф-повар												

Т.П. Ярошенко

*Я. Я.*