

Меню на « 3 » февраля 2015 г.

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №20

О.Б. Трусова

« 31 » января 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													
	Салат из зеленого горошка	60	1,79	3,11	3,17	50,16	25,01	60	1,79	3,11	3,17	50,16	25,01
	Тефтели мясные	100	17,6	12	1	185	64,88	100	17,6	12	1	185	64,88
	Макаронные изделия отварные	150	6,0	2,0	36	177	8,88	180	7,2	2,4	43,2	212,4	10,69
	Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,89	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,89
	Кисель «Витошка»	200		-	18,4	73,6	9,50	200		-	18,4	73,6	9,50
	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
	ИТОГО:	590	32,6	19,9	77,98	618,11	113,50	680	35,38	20,49	94,76	700,71	116,94
завтрак обучающихся с ОВЗ													
	Бутерброд с батоном с маслом, сыром	17,7/10/15	5,33	11,5	9,17	161,57	19,14	17,7/10/15	5,33	11,53	9,17	161,57	19,14
	Яйцо вареное	40	5,12	4,64	0,28	63,48	10,00	40	5,12	4,64	0,28	63,48	10,00
	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	150/5	5	3	21	130	12,52	200/5	6,7	4	28	173,3	14,85
	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
	Кондитерское изделие	38	0,76	4,48	8,63	77,9	2,900	38	0,76	4,48	8,63	77,9	2,900
	ИТОГО:	505,7	18,7	23,9	68,44	561,75	84,83	555,7	20,41	24,94	75,44	605,05	78,06
обеды обучающихся с ОВЗ													
	Салат из зеленого горошка	60	1,79	3,11	3,17	50,16	25,01	60	1,79	3,11	3,17	50,16	25,01
	Борщ из свежей капусты со сметаной	200/5	1,45	3,93	100,2	82,0	8,02	250/5	1,81	4,91	125,25	102,5	9,80
	Тефтели мясные	100	17,6	12	1	185	64,88	100	17,6	12	1	185	64,88
	Макаронные изделия отварные	150	6,0	2,0	36	177	8,88	180	7,2	2,4	43,2	212,4	10,69
	Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,89	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,89
	Кисель «Витошка»	200		-	18,4	73,6	9,50	200		-	18,4	73,6	9,50
	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
	ИТОГО:	795	34,0	23,83	178,18	700,11	121,52	895	37,19	25,4	220,01	803,21	126,64

Шеф-повар

Т. П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко

Меню на « 3 » февраля 2015 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б. Трусова
 « 31 » января 2015 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы				5-11 классы			
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	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
	Яйцо вареное	40	5,12	4,64	0,28	63,48						10,00
	Каша ячневая молочная без сахара со сливочным	200/5	6,7	4	25,01	161,33						14,57
	Чай без сахара	200			0,3	1,2						1,78
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	21,5	1,29	0,215	9,568	40,64						1,55
	Фрукты <i>себеюно</i>	100	0,4	0,4	9,8	47						18,77
	ИТОГО:	608	148,3	14,51	55,063	425,6						62,55

Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Салат из зеленого горошка	60	1,79	3,11	3,17	50,16						25,07
	Борщ из свежей капусты со	250/5	1,81	4,91	125,25	102,5						9,70
	Тефтели мясные	100	17,6	12	1	185						64,78
	Макаронные изделия отварные	180	7,2	2,4	43,2	212,4						10,69
	Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55						2,89
	Компот из свежих яблок без сахара	200	0,18	0,2	9,4	17						8,34
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	21,5	1,29	0,215	9,568	40,64						1,55
	ИТОГО:	866,5	34,82	25,335	196,638	669,25						122,96

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко