

Меню на « 20 » февраля 2015 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б.Трусова
 «19» февраля 2015 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы						5-11 классы					
		выход	белк и	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена
завтраки													
	Салат из свежей моркови	60	0,7	4,38	3,96	57,9	3,10	0,7	4,38	3,96	57,9	5,11	
	Гуляш из свинины с соусом	50/50	14,4	16,6	3,5	225,5	33,41	14,4	16,6	3,5	225,5	33,41	
	Рис припущенный	150	3,0	9,0	36	241,5	11,06	3,6	10,8	43,2	289,8	13,32	
	Компот из сухофруктов	200	1	-	32	124	3,15	1	-	32	124	3,15	
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	2,3	0,29	14,36	70,8	4,08	
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	28,28	6,7	5,8	54,2	437	28,28	
	ИТОГО:	620	28,1	36,0	144,02	1156,7	80,44	28,7	37,87	151,22	1205	86,34	
завтрак обучающихся с ОБЗ													
	Бутерброд с батоном с маслом, повидлом	17,7/10/15	1,41	7,78	13,66	130,12	10,13	1,41	7,78	13,66	130,12	10,13	
	Омлет натуральный	55	4,32	4,98	1,77	68,71	14,24	4,32	4,98	1,77	68,71	14,24	
	Каша манная молочная со сливочным маслом	150/5	3,3	4,35	24,6	124,5	12,93	4,4	5,8	32,8	166	15,93	
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	6,88	3	4	29	152	6,88	
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	
	Кондитерское изделие	30	1,2	4,83	21,15	132	-	1,2	4,83	21,15	132	-	
	ИТОГО:	512,7	12,5	26,2	104,54	678,13	46,51	16,63	27,68	112,74	719,63	99,01	
обеда обучающихся с ОБЗ													
	Салат из свежей моркови	60	0,7	4,38	3,96	57,9	3,10	1,2	7,3	6,6	96,5	5,11	
	Суп картофельный с горохом	200	6,0	4,0	16	130	5,89	7,5	5,0	20,0	162,5	7,38	
	Гуляш из свинины с соусом	50/50	14,4	16,6	3,5	225,5	33,41	14,4	16,6	3,5	225,5	33,41	
	Рис припущенный	150	3,0	9,0	36	241,5	11,06	3,6	10,8	43,2	289,8	13,32	
	Компот из сухофруктов	200	1	-	32	124	3,15	1	-	32	124	3,15	
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	3,84	0,48	23,94	118	4,08	
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	28,28	6,7	5,8	54,2	437	28,28	
	ИТОГО:	820	34,1	40,0	160,02	1286,7	86,33	38,24	45,9	183,44	1453,3	93,81	

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко



Меню на « 20 » февраля 2015 г.

Утверждено
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б.Грусова
 « 19 » февраля 2015 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	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	
	Омлет натуральный						55	4,32	4,98	1,77	68,71	14,24	
	Каша гречневая молочная без						200/5	9,6	3,2	34,6	206,2	16,36	
	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	11,55	
	Фрукты <i>себеком</i>						100	0,4	0,3	10,3	47	16,68	
	ИТОГО:						613	17,6	16,36	69,546	487,59	66,77	
Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9													
	Салат из моркови						100	1,2	2	6,6	67	4,77	
	Суп картофельный с горохом						250	7,5	5,0	20,0	162,5	41,37	
	Гуляш из свинины с соусом						50/50	14,4	16,6	3,5	225,5	33,41	
	Рис припущенный						180	3,6	10,8	43,2	289,8	13,32	
	Компот из сухофруктов без сахара						200	0,8		13,2	58,6	11,77	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	11,55	
	ИТОГО:						851,5	28,79	34,615	96,068	844,04	62,19	
	Шеф-повар												

Ш. Я.

Т.П. Ярошенко