

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б. Трусова
 «18» февраля 2025 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 зеленого горошка	60	1,79	3,11	3,17	50,16	33,35	60	1,79	3,11	3,17	50,16	33,35
	Тефтели мясные	100	17,6	12	1	185	68,59	100	17,6	12	1	185	68,59
	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 I 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	125,65	680	35,38	20,49	94,76	700,71	229,09
завтрак обучающихся с ОВЗ													
	Бутерброд с батоном с маслом, сыром	17,7/10/15	5,33	11,5	9,17	161,57	19,62	17,7/10/15	5,33	11,53	9,17	161,57	19,62
	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 I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	30	2,3	0,29	14,36	70,8	4,08
	Кондитерское изделие	38	0,76	4,48	8,63	77,9	-	38	0,76	4,48	8,63	77,9	-
	ИТОГО:	505,7	18,7	23,9	68,44	561,75	46,21	555,7	20,41	24,94	75,44	605,05	50,18
обеда обучающихся с ОВЗ													
	Салат из зеленого горошка	60	1,79	3,11	3,17	50,16	33,35	60	1,79	3,11	3,17	50,16	33,35
	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	9,40
	Тефтели мясные	100	17,6	12	1	185	68,59	100	17,6	12	1	185	68,59
	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 I 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	133,68	895	37,19	25,4	220,01	803,21	138,89

Шеф-повар *Т.П. Ярошенко*

Меню на « 3 » марта 2025 г.

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №20

О.Б.Трусова

« 28 » февраля 2025 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	1-4 классы					5-11 классы				
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая 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		14-01
	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		9-52
	Чай без сахара					200			0,3	1,2		1-20
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)					21,5	1,29	0,215	9,568	40,64		1,55
	Фрукты <i>манго</i>					100	0,4	0,4	9,8	47		43,54
	ИТОГО:					608	148,3	14,51	55,063	425,6		80,29

Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Салат из зеленого горошка					60	1,79	3,11	3,17	50,16		33-35
	Борщ из свежей капусты со					250/5	1,81	4,91	125,25	102,5		9-20
	Тефтели мясные					100	17,6	12	1	185		68-50
	Макаронные изделия отварные					180	7,2	2,4	43,2	212,4		10-60
	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: <i>свеко</i>					866,5	34,82	25,335	196,638	669,25		20,85
	Итого:											155,96

Шеф-повар

Т. Л.

Т.Л. Ярошенко