

Меню на « 4 » марта 2015 г.

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №20  
 О.Б. Трусова  
 « 3 » марта 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>завтраки</b>													
	Запеканка творожная со стученным	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	34,81	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	34,81
	Кура запеченная	100	26,0	11	-	204,0	45,85	100	26,0	11,0	-	204	45,85
	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,45	137,25	24,28	180	3,67	5,76	24,53	164,7	26,80
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15	58	1,63	200	0,2	-	15	58	1,63
	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
	Фрукты <i>сезонно</i>	100	0,4	0,4	9,8	47	20,85	100	0,4	0,4	9,8	47	20,85
	ИТОГО:	660	41,41	24,7	79,7	711,23	124,65	710	43,56	25,9	93,36	785,88	133,81
<b>завтрак обучающихся с ОВЗ</b>													
	Бутерброд с батонем с маслом, <i>ковбаса</i>	17,7/1	1,41	7,78	13,66	130,12	10,13	17,7/1	1,41	7,78	13,66	130,12	10,13
	Каша пшеничная молочная со	150/5	6,6	5,1	18,45	146,25	12,86	200/5	8,8	6,8	24,6	195	15,29
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	6,88	200	3	4	29	152	6,88
	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	-	80	6,7	5,8	54,2	437	-
	ИТОГО:	507,7	20,01	22,9	129,67	936,17	32,20	557,7	22,21	24,67	135,82	984,92	34,63
<b>обеды обучающихся с ОВЗ</b>													
	Запеканка творожная со стученным	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	34,81	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	34,81
	Суп молочный с макаронными	200	5,75	5,21	18,84	145,2	10,81	250	7,19	6,51	23,55	181,5	13,39
	Курица запеченная	100	26,0	11	-	204,0	45,85	100	26,0	11,0	-	204	45,85
	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,45	137,25	24,28	180	3,67	5,76	24,53	164,7	26,80
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15	58	1,63	200	0,2	-	15	58	1,63
	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
	Фрукты <i>сезонно</i>	100	0,4	0,4	9,8	47	20,85	100	0,4	0,4	9,8	47	20,85
	ИТОГО:	860	47,16	29,9	98,54	856,43	138,36	960	50,75	32,4	116,91	967,38	144,10

Шеф-повар

*Я.Яр*

Т.П. Ярошенко