

№ 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													
	Запеканка творожная со стуженным	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	34,84	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	34,84
	Курица тушеная с соусом	100/50	26,9	18,9		285	48,83	100/50	26,9	18,9		285	48,83
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	42	300	10,08	180	10,8	12,6	50,4	360	12,02
	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	50	3,84	0,48	23,94	118	4,08
	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	—	100	0,4	0,4	9,8	47	—
	ИТОГО:	710	51,0	42,3	115,25	1048,98	101,95	760	54,39	44,64	133,23	1156,18	105,53
завтрак обучающихся с ОВЗ													
	Бутерброд с батонном с <small>маслом</small> новидлом	17.7/10/15	1,41	7,78	13,66	130,12	4,63	17.7/10/15	1,41	7,78	13,66	130,12	4,63
	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	150/5	5	3	21	130	12,61	200/5	6,7	4	28	173,3	14,98
	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	18,4	20,8	132,22	919,92	26,45	557,7	20,11	21,87	139,22	963,22	28,81
обеды обучающихся с ОВЗ													
	Запеканка творожная со стуженным	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	34,84	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	34,84
	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 тушеная с соусом	100	26,9	18,9		285	48,83	100	26,9	18,9		285	48,83
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	42	300	10,08	180	10,8	12,6	50,4	360	12,02
	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	50	3,84	0,48	23,94	118	4,08
	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	—	100	0,4	0,4	9,8	47	—
	ИТОГО:	860	56,8	47,5	134,09	1194,18	112,66	960	61,58	51,1	156,78	1337,68	118,92

Меню на « 11 » сентября 20 15 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
О.Б. Трусова
 « 10 » сентября 20 15 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы				5-11 классы				
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	белки	жиры	углеводы

Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9

Бутерброд с маслом					21,5/10	1,39	7,465	9,708	106,84			12,55
Каша ячневая молочная без сахара со сливочным					200/5	6,7	4	25,01	161,33			14,68
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					100	0,4	0,3	10,3	47			—
ИТОГО:					558	10,38	12,18	58,186	374,01			34,14

Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9

Суп картофельный с горохом					250	7,5	5,0	20,0	162,5			8,81
Курица тушеная с соусом					100/50	26,9	18,9		285			47,83
Каша гречневая рассыпчатая					180	10,8	12,6	50,4	360			12,02
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					100	0,4	0,4	9,8	47			—
ИТОГО:					901,5	47,49	37,315	93,368	913,34			45,60

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко