

№ 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													
	<i>Брусника</i>	60	0,39	0,06	2,178	9	27,18	100	0,65	0,11	3,63	15	27,18
	Плов со свиной	260	14,5	33,2	44,98	539,5	56,14	260	14,56	33,28	44,98	539,5	56,14
	Напиток «Витощка»	200	1	-	34,0	116	7,00	200	1	-	34,0	116	7,00
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	50	3,84	0,48	23,94	118	4,07
	Сыр твердый	15	3,45	4,35		54,3	11,66	15	3,45	4,35		54,3	11,66
	ИТОГО:	565	21,7	37,9	95,518	789,6	104,52	625	23,5	38,22	106,55	842,8	106,15
завтрак обучающихся с ОБЗ													
	Бутерброд с батоном с маслом <i>сыром</i>	17,7/10/15	5,33	11,5	9,17	161,57	8,95	17,7/10/15	5,33	11,53	9,17	161,57	8,95
	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	150/5	6,6	5,1	18,45	146,25	12,86	200/5	8,8	6,8	24,6	195	15,29
	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
	Йогурт молочный	100	2,5	1,2	16	85	29,00	100	2,5	1,2	16	85	29,00
	ИТОГО:	527,7	16,9	18,1	72,98	521,62	53,88	577,7	19,13	19,82	79,13	570,37	56,31
обеда обучающихся с ОБЗ													
	<i>Брусника</i> <i>огурцов</i>	60	0,39	0,066	2,178	9	27,18	100	0,65	0,11	3,63	15	27,18
	Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	1,4	3,91	6,79	67,8	8,86	250/5	1,75	4,89	8,49	84,75	10,81
	Плов со свиной	260	14,5	33,2	44,98	539,5	56,14	260	14,56	33,2	44,98	539,5	56,14
	Напиток «Витощка»	200	1	-	34,0	116	7,00	200	1	-	34,0	116	7,00
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	50	3,84	0,48	23,94	118	4,07
	Сыр твердый	15	3,45	4,35		54,3	11,66	15	3,45	4,35		54,3	11,66
	ИТОГО:	770	23,1	41,8	102,308	857,4	113,28	880	25,25	43,1	115,04	927,55	116,96

Шеф-повар

Я.Яр
 Т.П. Ярошенко

Меню на « 11 » марта 2015 г.



Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б.Трусова
 « 11 » 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
Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9													
	Бутерброд с сыром						21,5/20	7,08	5,255	10,105	111,95	16,49	
	Каша пшеничная молочная без сахара со сливочным маслом						200/5	8,8	6,8	24,6	195	15,01	
	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	
	Йогурт молочный						100	2,5	1,2	16	85	29,00	
	ИТОГО:						568	19,67	13,47	60,573	433,79	63,83	
Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9													
	<i>Карри из картофеля</i>						100	0,65	0,11	3,63	15	35,64	
	Щи из свежей капусты со сметаной						250/5	1,75	4,89	8,49	84,75	10,81	
	Плов со свиной котлетой						260	14,56	33,28	44,98	539,5	56,14	
	<i>Чай без сахара</i>						200	0,18	0,2	9,4	17	1,78	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,55	
	Сыр твердый						15	3,45	4,35		54,3	11,66	
	ИТОГО:						851,5	21,88	43,045	76,068	751,19	117,58	
	Шеф-повар												

Т.П. Ярошенко

Т.П.