

Меню на « 11 » марта 2015 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б. Трусова
 « 10 » марта 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													
	Нарезка из свежих помидоров	60	0,78	0,18	2,04	14,1	21,38	100	1,3	0,3	3,4	23,5	35,64
	Жаркое по-домашнему	300	15,9	27,9	40,2	479,1	48,06	300	15,9	27,9	40,2	479,1	48,06
	Сок фруктовый	200	1	-	21	94	22,00	200	1	-	21	94	22,00
	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
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	28,27	100	0,4	0,4	9,8	47	28,27
	ИТОГО: смет. Аляска Томов	690	20,3	28,7	87,4	705	89,00	730	22,44	29,08	98,34	761,6	89,00
	ИТОГО:						210,15						226,04
завтрак обучающихся с ОБЗ													
	Бутерброд с багоном с маслом, сыром	17,7/10/15	5,33	11,5	9,17	161,57	7,95	17,7/10/15	5,33	11,53	9,17	161,57	7,95
	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	150/5	7,05	4,65	31,95	190,35	13,12	200/5	9,4	6,2	42,6	253,8	15,65
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58	1,73	200	0,2	-	15,0	58	1,73
	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	21,5	22,2	124,68	917,72	25,24	557,7	23,93	23,82	135,33	981,17	28,77
обеда обучающихся с ОБЗ													
	Нарезка из свежих помидоров	60	0,78	0,18	2,04	14,1	21,38	100	1,3	0,3	3,4	23,5	35,64
	Суп картофельный с макаронными	200	2,15	2,27	13,71	83,8	8,87	250	2,69	2,84	17,14	104,75	11,09
	Жаркое по-домашнему	300	15,9	27,9	40,2	479,1	48,06	300	15,9	27,9	40,2	479,1	48,06
	Сок фруктовый	200	1	-	21	94	22,00	200	1	-	21	94	22,00
	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
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	28,27	100	0,4	0,4	9,8	47	28,27
	ИТОГО:	890	22,5	31,0	101,11	788,8	130,02	1000	25,13	31,9	115,48	866,35	148,13
	смет. Аляска Томов						79,00						79,00
							209,02						227,13

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко

Шеф-повар

Меню на « 11 » марта 20 15 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
Сур О.Б.Трусова
 « 16 » марта 20 15 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						200/5	6,6	7	28,8	202	15,38	
	Чай без сахара						200			0,3	1,2	1,86	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,55	
	Фрукты <i>сезонные</i>						100	0,4	0,4	9,8	47	20,85	
	ИТОГО:						568	15,37	12,87	58,573	402,79	56,13	
Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9													
	Нарезка из свежих помидоров						100	1,3	0,3	3,4	23,5	35,64	
	Суп картофельный с макаронными						250	2,69	2,84	17,14	104,75	11,09	
	Жаркое по-домашнему						300	15,9	27,9	40,2	479,1	48,06	
	Сок яблочный без сахара						200	1	-	21	94	12,00	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,55	
	Фрукты <i>сезонные</i>						100	0,4	0,4	9,8	47	24,27	
	ИТОГО: <i>мон.фрукты Того</i>						971,5	22,58	31,655	101,108	788,99	89,00	
	<i>ИТОГО:</i>											234,61	
	Шеф-повар												

Т.П. Ярошенко

Т.П.