

Меню на « 10 » апреля 20 25 Г.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №20
О.Б. Трусова
« 9 » апреля 20 25 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы					5-11 классы						
		выход	белк и	жиры	углеводы	энергетич еская ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы	энергетич еская ценность	цена
завтраки													
	Салат из вареной свеклы	60	0,86	3,65	5,02	56,34	4,16	100	1,43	6,09	8,36	93,9	6,93
	Гуляш из свинины с соусом	50/50	14,4	16,6	3,5	225,5	33,88	50/50	14,4	16,6	3,5	225,5	33,88
	Рис припущенный	150	3,0	9,0	36	241,5	11,28	180	3,6	10,8	43,2	289,8	13,52
	Компот из сухофруктов	200	1	-	32	124	3,15	200	1	-	32	124	3,15
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,69	30	2,3	0,29	14,36	70,8	4,48
	Сыр твердый	15	3,45	4,35		54,3	11,66	15	3,45	4,35		54,3	11,66
	ИТОГО:	555	25,0	33,8	90,88	772,44	66,41	625	26,18	38,13	101,42	858,3	83,52
завтрак обучающихся с ОВЗ													
	Бутерброд с батоном с маслом повидлом	17,7/10/15	1,41	7,78	13,66	130,12	4,88	17,7/10/15	1,41	7,78	13,66	130,12	4,88
	Омлет натуральный	55	4,32	4,98	1,77	68,71	13,03	55	4,32	4,98	1,77	68,71	13,03
	Каша манная молочная со сливочным маслом	150/5	3,3	4,35	24,6	124,5	13,45	200/5	4,4	5,8	32,8	166	16,05
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	6,98	200	3	4	29	152	6,98
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,69	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,69
	Кондитерское изделие	30	1,2	4,83	21,15	132	-	30	1,2	4,83	21,15	132	-
	ИТОГО:	512,7	12,5	26,2	104,54	678,13	41,03	562,7	16,63	27,68	112,74	719,63	43,63
обеда обучающихся с ОВЗ													
	Салат из вареной свеклы	60	0,86	3,65	5,02	56,34	4,16	100	1,43	6,09	8,36	93,9	6,93
	Суп картофельный с горохом	200	6,0	4,0	16	130	11,13	250	7,5	5,0	20,0	162,5	9,06
	Гуляш из свинины с соусом	50/50	14,4	16,6	3,5	225,5	33,88	50/50	14,4	16,6	3,5	225,5	33,88
	Рис припущенный	150	3,0	9,0	36	241,5	11,28	180	3,6	10,8	43,2	289,8	13,52
	Компот из сухофруктов	200	1	-	32	124	3,15	200	1	-	32	124	3,15
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,69	50	3,84	0,48	23,94	118	4,48
	Сыр твердый	15	3,45	4,35		54,3	11,66	15	3,45	4,35		54,3	11,66
	ИТОГО:	755	31,0	37,8	106,88	902,44	47,84	895	35,22	43,3	131	1068	82,58

Шеф-повар

Я. Я.

Т.П. Ярошенко

Меню на « 10 » апреля 2015 г.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №20
О.Б.Грусова
« 9 » апреля 2015 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы					5-11 классы				
		выход	белки	жиры	углеводы	энергети ческая ценность	цена	выход	белки	жиры	углевод ы

Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9

Бутерброд с маслом								21,5/10	1,39	7,465	9,708	106,84	13,11
Омлет натуральный								55	4,32	4,98	1,77	68,71	13,03
Каша гречневая молочная без								200/5	9,6	3,2	34,6	206,2	16,54
Кофейный напиток без сахара								200	0,6	0,2	3,6	18,2	5,60
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)								21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,41
Фрукты <i>сезонно</i>								100	0,4	0,3	10,3	47	14,90
ИТОГО:								613	17,6	16,36	69,546	487,59	64,92

Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9

Салат из вареной свеклы								100	1,43	6,09	8,36	93,9	6,93
Суп картофельный с горохом								250	7,5	5,0	20,0	162,5	9,06
Гуляш из свинины с соусом								50/50	14,4	16,6	3,5	225,5	33,48
Рис припущенный								180	3,6	10,8	43,2	289,8	13,52
Компот из сухофруктов без сахара								200	0,8		13,2	58,6	1,44
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)								21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,41
Сыр твердый								15	3,45	4,35		54,3	11,66
ИТОГО:								866,5	32,47	43,055	97,828	925,24	48,43

Шеф-повар

Я. Я.

Т.П. Ярошенко