

15 » апрель 2015 г.

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ №20  
О.Б.Трусова  
«14» апрель 2015 г.

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | 1-4 классы |           |          |          |                                |      | 5-11 классы |       |      |          |                                |
|-------------------|------------|-----------|----------|----------|--------------------------------|------|-------------|-------|------|----------|--------------------------------|
|                   | выход      | белк<br>и | жир<br>ы | углеводы | энергетич<br>еская<br>ценность | цена | выход       | белки | жиры | углеводы | энергетич<br>еская<br>ценность |

## завтраки

|                                |        |      |      |        |         |        |        |       |       |        |         |        |
|--------------------------------|--------|------|------|--------|---------|--------|--------|-------|-------|--------|---------|--------|
| пеканка творожная со сгущенным | 70/10  | 9,45 | 8,26 | 20,09  | 194,18  | 35,04  | 70/10  | 9,45  | 8,26  | 20,09  | 194,18  | 35,04  |
| яйца тушеная с соусом          | 100/50 | 26,9 | 18,9 |        | 285     | 44,63  | 100/50 | 26,9  | 18,9  |        | 285     | 44,63  |
| пшеничная рассыпчатая          | 150    | 9,0  | 10,5 | 42     | 300     | 10,19  | 180    | 10,8  | 12,6  | 50,4   | 360     | 11,18  |
| фейный напиток                 | 200    | 3    | 4    | 29     | 152     | 6,98   | 200    | 3     | 4     | 29     | 152     | 6,98   |
| зб пшеничный I сорт            | 30     | 2,3  | 0,29 | 14,36  | 70,8    | 1,69   | 50     | 3,84  | 0,48  | 23,94  | 118     | 4,48   |
| укты <u>соевое</u>             | 100    | 0,4  | 0,4  | 9,8    | 47      | 13,84  | 100    | 0,4   | 0,4   | 9,8    | 47      | 13,84  |
| ОГО:                           | 710    | 51,0 | 42,3 | 115,25 | 1048,98 | 123,48 | 760    | 54,39 | 44,64 | 133,23 | 1156,18 | 128,15 |

## завтрак обучающихся с ОВЗ

|                                      |            |      |      |        |        |       |            |       |       |        |        |       |
|--------------------------------------|------------|------|------|--------|--------|-------|------------|-------|-------|--------|--------|-------|
| сербод с батонном 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  |
| пшеничная с сливочным маслом         | 150/5      | 5    | 3    | 21     | 130    | 15,32 | 200/5      | 6,7   | 4     | 28     | 173,3  | 15,59 |
| фейный напиток                       | 200        | 3    | 4    | 29     | 152    | 6,98  | 200        | 3     | 4     | 29     | 152    | 6,98  |
| зб пшеничный I сорт                  | 30         | 2,3  | 0,29 | 14,36  | 70,8   | 1,69  | 30         | 2,3   | 0,29  | 14,36  | 70,8   | 1,69  |
| печенье                              | 80         | 6,7  | 5,8  | 54,2   | 437    | —     | 80         | 6,7   | 5,8   | 54,2   | 437    | —     |
| ОГО:                                 | 507,7      | 18,4 | 20,8 | 132,22 | 919,92 | 29,84 | 557,7      | 20,11 | 21,87 | 139,22 | 963,22 | 30,14 |

## обеда обучающихся с ОВЗ

|                                |       |      |      |        |         |        |       |       |      |        |         |        |
|--------------------------------|-------|------|------|--------|---------|--------|-------|-------|------|--------|---------|--------|
| пеканка творожная со сгущенным | 70/10 | 9,45 | 8,26 | 20,09  | 194,18  | 35,04  | 70/10 | 9,45  | 8,26 | 20,09  | 194,18  | 35,04  |
| пшеничный с макаронными        | 200   | 5,75 | 5,21 | 18,84  | 145,2   | 11,10  | 250   | 7,19  | 6,51 | 23,55  | 181,5   | 14,00  |
| пшеничная с соусом             | 100   | 26,9 | 18,9 |        | 285     | 44,63  | 100   | 26,9  | 18,9 |        | 285     | 44,63  |
| пшеничная рассыпчатая          | 150   | 9,0  | 10,5 | 42     | 300     | 10,19  | 180   | 10,8  | 12,6 | 50,4   | 360     | 11,18  |
| фейный напиток                 | 200   | 3    | 4    | 29     | 152     | 6,98   | 200   | 3     | 4    | 29     | 152     | 6,98   |
| зб пшеничный I сорт            | 30    | 2,3  | 0,29 | 14,36  | 70,8    | 1,69   | 50    | 3,84  | 0,48 | 23,94  | 118     | 4,48   |
| укты <u>соевое</u>             | 100   | 0,4  | 0,4  | 9,8    | 47      | 13,84  | 100   | 0,4   | 0,4  | 9,8    | 47      | 13,84  |
| ОГО:                           | 860   | 56,8 | 47,5 | 134,09 | 1194,18 | 134,64 | 960   | 61,58 | 51,1 | 156,78 | 1337,68 | 141,15 |

Т.П. Яценко

Меню на « 15 » апреля 2015 г.



| №<br>п/п | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | I-4 классы |       |      |          |                                | 5-11 классы |       |      |          |  | энергети<br>ческая<br>ценность | цена |
|----------|-------------------|------------|-------|------|----------|--------------------------------|-------------|-------|------|----------|--|--------------------------------|------|
|          |                   | выход      | белки | жиры | углеводы | энергети<br>ческая<br>ценность | выход       | белки | жиры | углеводы |  |                                |      |

### Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9

|       |                                               |       |       |      |          |                         |      |         |       |       |          |                         |       |
|-------|-----------------------------------------------|-------|-------|------|----------|-------------------------|------|---------|-------|-------|----------|-------------------------|-------|
| Номер | Наименование блюд                             | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | Цена | Выход   | Белки | Жиры  | Углеводы | Энергетическая ценность | Цена  |
|       | Бутерброд с маслом                            |       |       |      |          |                         |      | 21,5/10 | 1,39  | 7,465 | 9,708    | 106,84                  | 13,11 |
|       | Каша ячневая молочная без сахара со сливочным |       |       |      |          |                         |      | 200/5   | 6,7   | 4     | 25,01    | 161,33                  | 15,32 |
|       | 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                   | 1,81  |
|       | Фрукты <i>сезонно</i>                         |       |       |      |          |                         |      | 100     | 0,4   | 0,3   | 10,3     | 47                      | 14,90 |
|       | ИТОГО:                                        |       |       |      |          |                         |      | 558     | 10,38 | 12,18 | 58,186   | 374,01                  | 50,64 |

### Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9

|       |                               |       |       |      |          |                         |      |        |       |        |          |                         |       |
|-------|-------------------------------|-------|-------|------|----------|-------------------------|------|--------|-------|--------|----------|-------------------------|-------|
| Номер | Наименование блюд             | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | Цена | Выход  | Белки | Жиры   | Углеводы | Энергетическая ценность | Цена  |
|       | Суп картофельный с горохом    |       |       |      |          |                         |      | 250    | 7,5   | 5,0    | 20,0     | 162,5                   | 9,06  |
|       | Курица тушеная с соусом       |       |       |      |          |                         |      | 100/50 | 26,9  | 18,9   |          | 285                     | 44,63 |
|       | Каша гречневая рассыпчатая    |       |       |      |          |                         |      | 180    | 10,8  | 12,6   | 50,4     | 360                     | 12,28 |
|       | 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                   | 1,81  |
|       | Фрукты <i>сезонно</i>         |       |       |      |          |                         |      | 100    | 0,4   | 0,4    | 9,8      | 47                      | 23,84 |
|       | ИТОГО:                        |       |       |      |          |                         |      | 901,5  | 47,49 | 37,315 | 93,368   | 913,34                  | 98,12 |

Шеф-повар

*А.А.А.*

Т.П. Ярошенко