

Меню на «30» *апрель* 2015 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б. Трусова
 «30» *апрель* 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 огурцов | 60 | 0,39 | 0,06 | 2,178 | 9 | 17,31 | 100 | 0,65 | 0,11 | 3,63 | 15 | 18,85 |
| | Плов со свинойной | 260 | 14,5 | 33,2 | 44,98 | 539,5 | 56,14 | 260 | 14,56 | 33,28 | 44,98 | 539,5 | 56,14 |
| | Напиток «Витошка» | 200 | 1 | - | 34,0 | 116 | 7,70 | 200 | 1 | - | 34,0 | 116 | 7,70 |
| | Хлеб пшеничный I сорт | 30 | 2,3 | 0,29 | 14,36 | 70,8 | 1,69 | 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: | 565 | 21,7 | 37,9 | 95,518 | 789,6 | 95,50 | 625 | 23,5 | 38,22 | 106,55 | 842,8 | 108,83 |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| завтрак обучающихся с ОВЗ | | | | | | | | | | | | | |
| | Бутерброд с батоном с маслом, сыром | 17,7/10/15 | 5,33 | 11,5 | 9,17 | 161,57 | 10,07 | 17,7/10/15 | 5,33 | 11,53 | 9,17 | 161,57 | 10,07 |
| | Каша пшеничная молочная со сливочным маслом | 150/5 | 6,6 | 5,1 | 18,45 | 146,25 | 13,38 | 200/5 | 8,8 | 6,8 | 24,6 | 195 | 15,91 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | - | 15,0 | 58 | 1,73 | 200 | 0,2 | - | 15,0 | 58 | 1,73 |
| | Хлеб 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 |
| | Йогурт молочный | 100 | 2,5 | 1,2 | 16 | 85 | - | 100 | 2,5 | 1,2 | 16 | 85 | - |
| | ИТОГО: | 527,7 | 16,9 | 18,1 | 72,98 | 521,62 | 37,87 | 577,7 | 19,13 | 19,82 | 79,13 | 570,37 | 40,40 |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| обеды обучающихся с ОВЗ | | | | | | | | | | | | | |
| | Нарезка из свежих огурцов | 60 | 0,39 | 0,066 | 2,178 | 9 | 17,31 | 100 | 0,65 | 0,11 | 3,63 | 15 | 18,85 |
| | Щи из свежей капусты со сметаной | 200/5 | 1,4 | 3,91 | 6,79 | 67,8 | 9,21 | 250/5 | 1,75 | 4,89 | 8,49 | 84,75 | 11,21 |
| | Плов со свинойной | 260 | 14,5 | 33,2 | 44,98 | 539,5 | 56,14 | 260 | 14,56 | 33,2 | 44,98 | 539,5 | 56,14 |
| | Напиток «Витошка» | 200 | 1 | - | 34,0 | 116 | 7,70 | 200 | 1 | - | 34,0 | 116 | 7,70 |
| | Хлеб пшеничный I сорт | 30 | 2,3 | 0,29 | 14,36 | 70,8 | 1,69 | 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 | 770 | 23,1 | 41,8 | 102,308 | 857,4 | 109,71 | 880 | 25,25 | 43,1 | 115,04 | 927,55 | 120,04 |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| Шеф-повар | | | | | | | | | | | | | |

Т.П. Яроше

Т.П. Яроше

Меню на «30» апреля 2015 г.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №20
О.Б. Грусова
«29» апреля 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 | 7,08 | 5,255 | 10,105 | 111,95 | 14,66 |
| | Каша пшеничная молочная без сахара со сливочным | | | | | 200/5 | | 8,8 | 6,8 | | 24,6 | 195 | 15,64 |
| | Чай без сахара | | | | | 200 | | | | | 0,3 | 1,2 | 1,89 |
| | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | | | | | 21,5 | | 1,29 | 0,215 | | 9,568 | 40,64 | 1,71 |
| | Йогурт молочный | | | | | 100 | | 2,5 | 1,2 | | 16 | 85 | 29,00 |
| | ИТОГО: | | | | | 568 | | 19,67 | 13,47 | | 60,573 | 433,79 | 64,90 |
| Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9 | | | | | | | | | | | | | |
| | Нарезка из свежих огурцов | | | | | 100 | | 0,65 | 0,11 | | 3,63 | 15 | 28,85 |
| | Щи из свежей капусты со сметаной | | | | | 250/5 | | 1,75 | 4,89 | | 8,49 | 84,75 | 11,21 |
| | Плов со свиной | | | | | 260 | | 14,56 | 33,28 | | 44,98 | 539,5 | 56,14 |
| | Компот из свежих яблок без сахара | | | | | 200 | | 0,18 | 0,2 | | 9,4 | 17 | 8,94 |
| | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | | | | | 21,5 | | 1,29 | 0,215 | | 9,568 | 40,64 | 1,71 |
| | Сыр твердый | | | | | 15 | | 3,45 | 4,35 | | | 54,3 | 11,66 |
| | ИТОГО: | | | | | 851,5 | | 21,88 | 43,045 | | 76,068 | 751,19 | 118,51 |
| | Шеф-повар | | | | | | | | | | | | |

Т.П. Ярошенко

Ш.Р.Р.