

Меню на « 20 » сентября 20 15 г.

Утверждено

Директор МБОУ СОШ №20

О.Б.Трусова

« 19 » сентября 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
		завтраки											
	Запеканка творожная со сгущенным	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	35,12	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	35,12
	Кура запеченная	100	26,0	11	-	204,0	48,89	100	26,0	11,0	-	204	48,89
	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,45	137,25	15,10	180	3,67	5,76	24,53	164,7	30,08
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15	58	1,83	200	0,2	-	15	58	1,83
	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
	Фрукты <i>ананасы</i>	100	0,4	0,4	9,8	47	2,83	100	0,4	0,4	9,8	47	2,83
	ИТОГО:	660	41,41	24,7	79,7	711,23	141,16	710	43,56	25,9	93,36	785,88	148,93
		завтрак обучающихся с ОВЗ											
	Бутерброд с батонном с маслом, <i>новинка</i>	17,7/1	1,41	7,78	13,66	130,12	10,58	17,7/1	1,41	7,78	13,66	130,12	10,58
	Каша пшеничная молочная со	150/5	6,6	5,1	18,45	146,25	13,38	200/5	8,8	6,8	24,6	195	15,91
	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
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	-	80	6,7	5,8	54,2	437	-
	ИТОГО:	507,7	20,01	22,9	129,67	936,17	33,63	557,7	22,21	24,67	135,82	984,92	36,16
		обеда обучающихся с ОВЗ											
	Запеканка творожная со сгущенным	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	35,12	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	35,12
	Суп молочный с макаронными	200	5,75	5,21	18,84	145,2	11,20	250	7,19	6,51	23,55	181,5	14,00
	Курица запеченная	100	26,0	11	-	204,0	48,89	100	26,0	11,0	-	204	48,89
	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,45	137,25	15,10	180	3,67	5,76	24,53	164,7	30,08
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15	58	1,83	200	0,2	-	15	58	1,83
	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
	Фрукты <i>ананасы</i>	100	0,4	0,4	9,8	47	2,83	100	0,4	0,4	9,8	47	2,83
	ИТОГО:	860	47,16	29,9	98,54	856,43	152,36	960	50,75	32,4	116,91	967,38	161,93
	Щеф-повар	Т.П. Яковлева											

Шеф-повар

Т.П. Ярош

Меню на «10» мая 2015 г.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №20
О.Б.Трусова
«19» мая 2015 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы				5-11 классы			
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	энергетическая ценность	цена

Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Бутерброд с маслом						21,5/10	1,39	7,465	9,708	106,84	13,11
	Каша пшеничная молочная без сахара						200/5	8,8	6,8	24,6	195	15,64
	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	19,38
	ИТОГО:						558	12,48	14,98	57,776	407,68	55,43

Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Суп рисовый (харчо)						250	6,18	3,3	14,65	113,0	14,83
	Кура запеченная						100	26,0	11,0	-	204	48,89
	Пюре картофельное						180	3,67	5,76	24,53	164,7	30,08
	Чай без сахара						200			0,3	1,2	1,89
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,81
	Фрукты <i>сезонно</i>						100	0,4	0,4	9,8	47	28,83
	ИТОГО:						851,5	37,54	20,675	58,848	570,54	125,03

Шеф-повар

И.Яр

Т.П. Ярошенко