

Меню на « 10 » сентября 20 15 г.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №20
О.Б.Трусова
« 9 » сентября 20 15 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 свежей моркови	60	0,7	4,38	3,96	57,9	3,81	100	1,2	7,3	6,6	96,5	5,11
	Курочка пюре из картофеля	100	12,1	17,4	9,86	245,0	45,90	100	12,13	17,4	9,86	245,0	45,90
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	42	300	9,39	150	9,0	10,5	42	300	11,10
	Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	3,06	50	4,95	2,5	5,05	61,55	3,06
	Сок фруктовый	200	1	-	21	94	11,00	200	1	-	21	94	11,00
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,69	50	3,84	0,48	23,94	118	4,48
	ИТОГО:	590	30,0	35,0	96,23	829,25	86,85	650	32,12	38,18	108,45	915,05	91,85
завтрак обучающихся с ОВЗ													
	Бутерброд с батоном с маслом, сыром	17,7/10/	5,33	11,5	9,17	161,57	11,09	17,7/10/	5,33	11,53	9,17	161,57	11,09
	Каша рисовая молочная со сливочным	150/5	3	2,25	18	103,5	14,04	200/5	4	3	24	138	16,84
	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	1,69	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,69
	Йогурт молочный	100	2,5	1,2	16	85	3,400	100	2,5	1,2	16	85	3,400
	ИТОГО:	527,7	13,3	15,2	72,53	478,87	41,55	577,7	14,33	16,02	78,53	513,37	45,35
обеда обучающихся с ОВЗ													
	Салат из свежей моркови	60	0,7	4,38	3,96	57,9	3,81	100	1,2	7,3	6,6	96,5	5,11
	Суп-пюре из картофеля с гречками	200/10	3,2	4,88	17,2	126	14,77	250/10	4,0	6,1	21,5	157,5	17,32
	Курочка пюре из картофеля	100	12,1	17,4	9,86	245,0	45,90	100	12,13	17,4	9,86	245,0	45,90
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	42	300	9,39	180	10,8	12,6	50,4	360	11,20
	Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	3,06	50	4,95	2,5	5,05	61,55	3,06
	Сок фруктовый	200	1	-	21	94	11,00	200	1	-	21	94	11,00
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,69	50	3,84	0,48	23,94	118	4,48
	ИТОГО:	800	33,2	39,9	113,43	955,25	101,02	940	37,92	46,3	138,35	1132,55	109,17

Шеф-повар

А.А.

Т.П. Ярошенко

Меню на «10» сентября 2015 г.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №20
О.Б. Трусова
«9» сентября 2015 г.

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

Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Бутерброд с сыром, <i>сладкий</i>	21,5/20	7,08	5,255	10,105	111,95	19,10
	Каша рисовая молочная без сахара со	200/5	5,6	8,2	40	257,2	16,56
	Чай без сахара	200			0,3	1,2	1,89
	Йогурт молочный	100	2,5	1,2	16	85	34,00
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,81
	ИТОГО:	568	16,47	14,87	75,973	495,99	43,26

Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Салат из свежей моркови	100	1,2	7,3	6,6	96,5	5,11
	Суп-пюре из картофеля с гренками из <i>черной заливки</i>	250/10	4,68	8,01	26,12	193,9	18,14
	Каша гречневая рассыпчатая	100	12,13	17,4	9,86	245,0	45,90
	Соус томатный	180	10,8	12,6	50,4	360	11,20
	Сок яблочный без сахара (консервы)	50	4,95	2,5	5,05	61,55	3,06
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	200	1	-	21	94	12,00
	Фрукты	21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,81
	ИТОГО:	100	0,4	0,4	9,8	47	-
		1011,5	36,45	48,425	138,398	1138,59	106,22

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко