

Меню на « 22 » сентября 2015 г.

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

№ 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													
	Нарезка из свежих помидоров	60	0,78	0,18	2,04	14,1	11,34	100	1,3	0,3	3,4	23,5	18,95
	Плов со свиной	260	14,5	33,2	44,98	539,5	64,16	260	14,56	33,28	44,98	539,5	64,16
	Кисель «Витошка»	200		-	18,4	73,6	10,18	200		-	18,4	73,6	10,18
	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:	550	17,6	33,7	79,78	698	88,40	610	19,7	34,06	90,72	754,6	94,84
завтрак обучающихся с ОВЗ													
	Бутерброд с батонном с маслом, сыром	17,7/10/15	5,33	11,5	9,17	161,57	10,09	17,7/10/15	5,33	11,53	9,17	161,57	10,09
	Яйцо вареное	40	5,12	4,64	0,28	63,48	6,90	40	5,12	4,64	0,28	63,48	6,90
	Каша яичная молочная со сливочным маслом	150/5	5	3	21	130	11,95	200/5	6,7	4	28	173,3	15,36
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58	1,43	200	0,2	-	15,0	58	1,43
	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
	Кондитерское изделие	38	0,76	4,48	8,63	77,9	19,00	38	0,76	4,48	8,63	77,9	19,00
	ИТОГО:	505,7	18,7	23,9	68,44	561,75	63,36	555,7	20,41	24,94	75,44	605,05	65,84
обеда обучающихся с ОВЗ													
	Нарезка из свежих помидоров	60	0,78	0,18	2,04	14,1	11,34	100	1,3	0,3	3,4	23,5	18,95
	Борщ из свежей капусты со сметаной	200/5	1,45	3,93	100,2	82,0	4,40	250/5	1,81	4,91	125,25	102,5	9,24
	Плов со свиной	260	14,5	33,2	44,98	539,5	64,16	260	14,56	33,2	44,98	539,5	64,16
	Кисель «Витошка»	200		-	18,4	73,6	10,18	200		-	18,4	73,6	10,18
	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:	755	19,0	37,68	179,98	780	96,10	865	21,51	38,9	215,97	857,1	104,04

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко

Я.Я.

Меню на « 12 » сентября 20 15 г.

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №20

О.Б. Трусова

«19» сентября 2015 г.

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

Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Бутерброд с сыром							21,5/20	7,08	5,255	10,105	111,95	19,10
	Яйцо вареное							40	5,12	4,64	0,28	63,48	6,90
	Каша ячневая молочная без сахара со сливочным							200/5	6,7	4	25,01	161,33	15,08
	Чай без сахара							200			0,3	1,2	1,89
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)							21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,41
	Фрукты							100	0,4	0,4	9,8	47	49,14
	ИТОГО:							608	148,3	14,51	55,063	425,6	93,85

Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Нарезка из свежих помидоров							100	1,3	0,3	3,4	23,5	18,95
	Борщ из свежей капусты со сметаной							250/5	1,81	4,91	125,25	102,5	9,24
	Плов со свиной							260	14,56	33,28	44,98	539,5	64,16
	Компот из свежих яблок без сахара							200	0,18	0,2	9,4	17	4,80
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)							21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,41
	ИТОГО:							836,5	19,14	38,905	19,598	723,14	98,89

Шеф-повар

Ж. Ар

Т.П. Ярошенко