

Меню на «13» сентября 2015 г.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №20
О.Б.Трусова
«13» сентября 2015 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
	Котлета рубленная из курицы	100	12,1	17,4	9,86	245,0	43,49	100	12,13	17,4	9,86	245,0	43,49
	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	3,03	50	4,95	2,5	5,05	61,55	3,03
	Сок фруктовый	200	1	-	21	94	22,00	200	1	-	21	94	22,00
	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	84,41	650	32,12	38,18	108,45	915,05	89,41
завтрак обучающихся с ОВЗ													
	Бутерброд с батонном с маслом, сыром	17,7/10/	5,33	11,5	9,17	161,57	10,09	17,7/10/	5,33	11,53	9,17	161,57	10,09
	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	1,43	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
	Йогурт молочный	100	2,5	1,2	16	85	31,00	100	2,5	1,2	16	85	31,00
	ИТОГО:	527,7	13,3	15,2	72,53	478,87	40,55	577,7	14,33	16,02	78,53	513,37	43,35
обеды 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	14,14	250/10	4,0	6,1	21,5	157,5	14,32
	Котлета рубленная из курицы	100	12,1	17,4	9,86	245,0	43,49	100	12,13	17,4	9,86	245,0	43,49
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	42	300	9,39	180	10,8	12,6	50,4	360	11,10
	Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	3,03	50	4,95	2,5	5,05	61,55	3,03
	Сок фруктовый	200	1	-	21	94	21,00	200	1	-	21	94	21,00
	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	98,88	940	37,92	46,3	138,35	1132,55	104,03

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко

Меню на « 13 » сентября 20 15 г.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №20
О.Б.Трусова
«12» сентября 20 15 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 сыром, <i>сметаной</i>	21,5/20	7,08	5,255	10,105	111,95	19,40		
	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	32,00		
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,41		
	ИТОГО:	568	16,47	14,87	75,973	495,99	41,26		

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 грибами из	250/10	4,68	8,01	26,12	193,9	14,14		
	Котлета рубленая из курицы	100	12,13	17,4	9,86	245,0	43,49		
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,8	12,6	50,4	360	11,20		
	Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	3,03		
	Сок яблочный без сахара (консервы)	200	1	-	21	94	22,00		
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,41		
	Фрукты <i>ананасы</i>	100	0,4	0,4	9,8	47	49,14		
	ИТОГО:	1011,5	36,45	48,425	138,398	1138,59	153,25		

Шеф-повар *А.А.* Т.П. Ярошенко