

Меню на « 8 » *сентябрь* 20 *2016* г.

Утверждено

Директор МБОУ СОШ №20

О.Б. Трусова

« 7 » *сентябрь* 20 *2016* 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 | | | | | | | | | | | | | |
| | Омлет натуральный | 60 | 4 | 5 | 8 | 54 | 15,33 | 60 | 4,71 | 5,43 | 1,93 | 74,96 | 15,33 |
| | Азу из свинины | 300 | 6 | 6 | 30 | 300 | 54,10 | 300 | 19,2 | 41,1 | 20,4 | 535,2 | 54,10 |
| | Напиток «Витонка» <i>Кисель</i> | 200 | 1 | | 21 | 94 | 10,18 | 200 | 1 | - | 34,0 | 116 | 10,18 |
| | Хлеб пшеничный I сорт | 30 | 1 | 1 | 7 | 45 | 2,95 | 50 | 3,84 | 0,48 | 23,94 | 118 | 4,92 |
| | Фрукты <i>себестоимости</i> | 100 | | | 5 | 47 | 22,35 | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 22,35 |
| | ИТОГО: | 690 | 12 | 12 | 71 | 540 | 104,91 | 710 | 29,15 | 47,41 | 90,07 | 891,16 | 106,88 |
| завтрак обучающихся с ОБЗ | | | | | | | | | | | | | |
| | Бутерброд с батоном с маслом, сыром | 17,7/10/15 | 5,33 | 11,5 | 9,17 | 161,57 | 10,37 | 17,7/10/15 | 5,33 | 11,53 | 9,17 | 161,57 | 10,37 |
| | Каша рисовая молочная со сливочным маслом | 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 | 1,83 | 200 | 0,2 | - | 15,0 | 58 | 1,83 |
| | Булочка | 80 | 6,7 | 5,8 | 54,2 | 437 | - | 80 | 6,7 | 5,8 | 54,2 | 437 | - |
| | Хлеб пшеничный I сорт | 30 | 2,3 | 0,29 | 14,36 | 70,8 | 2,95 | 30 | 2,3 | 0,29 | 14,36 | 70,8 | 2,95 |
| | ИТОГО: | 507,7 | 17,5 | 19,8 | 110,73 | 830,87 | 39,09 | 557,7 | 18,53 | 20,62 | 116,73 | 865,37 | 41,89 |
| обеда обучающихся с ОБЗ | | | | | | | | | | | | | |
| | Омлет натуральный | 60 | 4,71 | 5,43 | 1,93 | 74,96 | 15,33 | 60 | 4,71 | 5,43 | 1,93 | 74,96 | 15,33 |
| | Щи из свежей капусты со сметаной | 200/5 | 1,4 | 3,91 | 6,79 | 67,8 | 7,71 | 250/5 | 1,75 | 4,89 | 8,49 | 84,75 | 9,35 |
| | Азу из свинины | 300 | 19,2 | 41,1 | 20,4 | 535,2 | 54,10 | 300 | 19,2 | 41,1 | 20,4 | 535,2 | 54,10 |
| | Напиток «Витонка» <i>Кисель</i> | 200 | 1 | - | 34,0 | 116 | 10,18 | 200 | 1 | - | 34,0 | 116 | 10,18 |
| | Хлеб пшеничный I сорт | 30 | 2,3 | 0,29 | 14,36 | 70,8 | 2,95 | 50 | 3,84 | 0,48 | 23,94 | 118 | 4,92 |
| | Фрукты <i>себестоимости</i> | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 22,35 | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 22,35 |
| | ИТОГО: | 895 | 29,0 | 51,1 | 87,28 | 911,76 | 112,62 | 965 | 30,9 | 52,3 | 98,56 | 975,91 | 116,23 |

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко

