

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы					5-11 классы						
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена
<b>завтраки</b>													
	Нарезка из свежих огурцов	60	0,39	0,066	2,178	9	12,78	100	0,65	0,11	3,63	15	21,29
	Плов из мяса курицы	250	24,17	20,24	42,49	448,81	51,61	250	24,17	20,24	42,49	448,81	51,61
	Напиток «Витошка» <i>кссссев</i>	200	1	-	34,0	116	8,75	200	1	-	34,0	116	8,75
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,79	50	3,84	0,48	23,94	118	2,98
	ИТОГО:	540	27,86	20,59	93,028	644,61	74,93	600	29,66	20,83	104,06	697,81	84,63
<b>завтрак обучающихся с ОВЗ</b>													
	Бутерброд с маслом	25/10	1,98	8,49	12,05	133,8	7,99	25/10	1,98	8,49	12,05	133,8	7,99
	Каша ячневая молочная со сливочным	150/5	5	3	21	130	8,15	200/5	6,7	4	28	173,3	9,78
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	5,37	200	3	4	29	152	5,37
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,79	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,79
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	16,72	80	6,7	5,8	54,2	437	16,72
	ИТОГО:	500	18,98	21,5	130,61	92,36	40,02	550	20,68	22,58	137,61	966,9	41,65
<b>обеда обучающихся с ОВЗ</b>													
	Нарезка из свежих огурцов	60	0,39	0,066	2,178	9	12,78	100	0,65	0,11	3,63	15	21,29
	Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	1,4	3,91	6,79	67,8	5,86	250/5	1,75	4,89	8,49	84,75	8,12
	Плов из мяса курицы	250	24,17	20,2	42,49	448,81	51,61	250	24,17	20,2	42,49	448,81	51,61
	Напиток «Витошка» <i>кссссев</i>	200	1	-	34,0	116	8,75	200	1	-	34,0	116	8,75
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,79	50	3,84	0,48	23,94	118	2,98
	ИТОГО:	745	29,26	24,5	99,818	712,41	80,79	855	31,41	25,7	112,55	782,56	91,75
Шеф-повар	<i>Я. Яр</i>												
	Т.П. Ярошенко												



Меню на « 2 » сентя 2023 г.

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №20  
 О.Б.Трусова  
 « 28 » сентя 2023 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
<b>Завтраки Диета №8</b>													
	Нарезка из свежих огурцов						60	0,39	0,066	2,178		9	12,78
	Плов из мяса курицы						250	24,17	20,24	42,49		448,81	51,61
	Напиток «Витошка»						200	1	-	34,0		116	8,75
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						30	1,8	0,3	13,35		56,7	1,58
	ИТОГО:						540	27,36	20,60	92,018		630,51	74,72
<b>Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9</b>													
	Бутерброд с маслом						21,5/1	1,39	7,465	9,708		106,84	
	Каша ячневая молочная без сахара со						200/5	6,7	4	25,01		161,33	
	Кофейный напиток без сахара						200	0,6	0,2	3,6		18,2	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568		40,64	
	Груша						100	0,4	0,3	10,3		47	
	ИТОГО:						558	10,38	12,18	58,186		374,01	
<b>Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9</b>													
	Нарезка из свежих огурцов						100	0,65	0,11	3,63		15	
	Щи из свежей капусты со сметаной						250/5	1,75	4,89	8,49		84,75	
	Плов из мяса курицы						250	24,17	20,2	42,49		448,81	
	Компот из свежих яблок без сахара						200	0,18	0,2	9,4		17	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,21	9,568		40,64	
	ИТОГО:						826,5	28,04	25,6	73,578		606,2	
	Шеф-повар												

Т.П. Ярошенко