



№ 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	12,78
	Плов из мяса курицы	250	24,17	20,24	42,49	448,81	53,62	250	24,17	20,24	42,49	448,81	53,62
	Напиток «Витошка»	200	1	-	34,0	116	6,6	200	1	-	34,0	116	6,6
	Хлеб пшеничный 1 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	74,79	600	29,66	20,83	104,06	697,81	75,98
<b>завтрак обучающихся с ОВЗ</b>													
	Бутиерброд 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 1 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	12,78
	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	7,12
	Плов из мяса курицы	250	24,17	20,2	42,49	448,81	53,62	250	24,17	20,2	42,49	448,81	53,62
	Напиток «Витошка»	200	1	-	34,0	116	6,6	200	1	-	34,0	116	6,6
	Хлеб пшеничный 1 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	80,65	855	31,41	25,7	112,55	782,56	83,1

Т.П. Ярошенко

*Т.П.*

Шеф-повар



Меню на « 18 » апреля 2023 г.

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №20

О.Б. Трусова

« 17 » апреля 2023 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы					5-11 классы				
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы

**Завтраки Диета №8**

	Нарезка из свежих огурцов						60	0,39	0,066	2,178	9	12,48
	Плов из мяса курицы						250	24,17	20,24	42,49	448,81	53,62
	Напиток «Витошка»						200	1	-	34,0	116	6,6
	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	74,58

**Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9**

	Бутерброд с маслом						21,5/10	1,39	7,465	9,708	106,84	7,64
	Каша ячневая молочная без сахара со						200/5	6,7	4	25,01	161,33	9,52
	Кофейный напиток без сахара						200	0,6	0,2	3,6	18,2	4,09
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,14
	Груша 150г						100	0,4	0,3	10,3	47	29,7
	ИТОГО:						558	10,38	12,18	58,186	374,01	52,09

**Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9**

	Нарезка из свежих огурцов						100	0,65	0,11	3,63	15	21,29
	Щи из свежей капусты со сметаной						250/5	1,75	4,89	8,49	84,75	7,12
	Плов из мяса курицы						250	24,17	20,2	42,49	448,81	53,62
	Компот из свежих яблок без сахара						200	0,18	0,2	9,4	17	5,88
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,21	9,568	40,64	1,14
	ИТОГО:						826,5	28,04	25,6	73,578	606,2	89,05

Шеф-повар

*Т.П. Ярошенко*

Т.П. Ярошенко