

Меню на « 15 » *ноября* 2013 г.



№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	1-4 классы							5-11 классы						
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена		
завтраки															
	Бутерброд на батоне с повидлом	17,7/1	1,33	0,53	13,53	64,02	3,99	17,7/1	1,33	0,53	13,53	64,02	3,99		
	Салат из свежей моркови	60	0,7	4,38	3,96	57,9	3,10	100	1,2	7,3	6,6	96,5	5,11		
	Гуляш из говядины с соусом	50/50	14,0	6,0	4,0	130	48,30	50/50	14,0	6,0	4,0	130	48,30		
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	42	300	8,40	180	10,8	12,6	50,4	360	10,05		
	Компот из сухофруктов	200	1	-	32	124	3,15	200	1	-	32	124	3,15		
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,97	50	3,84	0,48	23,94	118	3,29		
	ИТОГО:	572,7	28,33	21,7	109,85	746,72	68,91	662,7	32,17	26,91	130,47	892,52	73,89		
завтрак обучающихся с ОБЗ															
	Бутерброд на батоне с маслом, сыром	17,7/10/15	5,33	11,5	9,17	161,57	15,26	17,7/10/15	5,33	11,53	9,17	161,57	15,26		
	Запеканка творожная со сгущенным	200/15	30,93	22,8	36,0	310,66	68,45	200/15	30,93	22,89	36,0	310,66	68,45		
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58	1,63	200	0,2	-	15,0	58	1,63		
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,97	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,97		
	Йогурт молочный	100	2,5	1,2	16	85	19,00	100	2,5	1,2	16	85	19,00		
	ИТОГО:	587,7	41,26	35,9	90,53	686,03	116,31	587,7	41,26	35,91	90,53	686,03	116,31		
обеды обучающихся с ОБЗ															
	Бутерброд на батоне с повидлом	17,7/15	1,33	0,53	13,53	64,02	3,99	17,7/15	1,33	0,53	13,53	64,02	3,99		
	Салат из свежей моркови	60	0,7	4,38	3,96	57,9	3,10	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	9,88	250/1	4,0	6,1	21,5	157,5	12,05		
	Гуляш из говядины с соусом	50/50	14,0	6,0	4,0	130	48,30	50/50	14,0	6,0	4,0	130	48,30		
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	42	300	8,40	180	10,8	12,6	50,4	360	10,05		
	Компот из сухофруктов	200	1	-	32	124	3,15	200	1	-	32	124	3,15		
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,97	50	3,84	0,48	23,94	118	3,29		
	ИТОГО:	782,7	31,53	26,58	127,05	872,72	78,79	922,7	36,17	33,0	151,97	1050,02	85,94		

Шеф-повар

В. Жу

Т.П. Ярошенко

Меню на « 15 » *ноября* 20 *13* г.



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

Завтраки Диета №8

	Бутерброд на батоне с повидлом					17,7/15	1,33	0,53	13,53	64,02	3,99
	Салат из свежей моркови					60	0,7	4,38	3,96	57,9	3,10
	Гуляш из говядины с соусом					50/50	14,0	6,0	4,0	130	48,30
	Каша гречневая рассыпчатая					150	9,0	10,5	42	300	8,40
	Компот из сухофруктов					200	1	-	32	124	3,15
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)					30	1,8	0,3	13,35	56,7	1,85
	Фрукты					100	0,4	0,4	9,8	47	-
	ИТОГО:					672,7	28,23	22,11	118,64	779,62	68,69

Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Бутерброд с сыром					21,5/20	7,08	5,255	10,105	111,95	15,16
	Каша пшеничная молочная без					200/5	8,8	6,8	24,6	195	10,01
	Чай без сахара					200			0,3	1,2	1,59
	Йогурт молочный					100	2,5	1,2	16	85	19,00
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)					21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,25
	ИТОГО:					568	19,67	13,47	60,573	433,79	58,11

Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Салат из свежей моркови					100	1,2	7,3	6,6	96,5	4,86
	Суп-пюре из картофеля с					250/10	4,68	8,01	26,12	193,9	11,91
	Гуляш из говядины с соусом					50/50	14,0	6,0	4,0	130	48,30
	Каша гречневая рассыпчатая					180	10,8	12,6	50,4	360	10,05
	Компот из сухофруктов без					200	0,8		13,2	58,6	1,88
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)					21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,25
	ИТОГО:					861,5	31,97	34,125	109,888	879,64	43,18

Шеф-повар

Я.Я.

Т.П. Ярошенко