

№ 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													
	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
	Котлета рубленая из курицы	100	12,13	17,4	9,86	245,0	48,28	100	12,13	17,4	9,86	245,0	48,28
	Макаронные изделия отварные	150	6,0	2,0	36	177	5,98	180	7,2	2,4	43,2	212,4	7,20
	Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,14	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,14
	Кисель «Витошка»	200	-	-	18,4	73,6	8,75	200	-	-	18,4	73,6	8,75
	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:	590	26,08	26,57	87,63	685,85	69,22	680	29,32	30,08	107,05	807,05	73,77
завтрак обучающихся с ОВЗ													
	Бутерброд на батоне с маслом,	17,7/1	1,41	7,78	13,66	130,12	7,24	17,7/1	1,41	7,78	13,66	130,12	7,24
	Каша рисовая молочная со сливочным	150/5	3	2,25	18	103,5	9,70	200/5	4	3	24	138	11,88
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	5,47	200	3	4	29	152	5,47
	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
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	19,14	80	6,7	5,8	54,2	437	19,14
	ИТОГО:	507,7	16,41	20,1	129,22	893,42	43,52	557,7	17,41	20,87	135,22	927,92	45,70
обеды обучающихся с ОВЗ													
	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 картофельный с горохом	200	6,0	4,0	16	130	3,33	250	7,5	5,0	20,0	162,5	4,17
	Котлета рубленая из курицы	100	12,13	17,4	9,86	245,0	48,28	100	12,13	17,4	9,86	245,0	48,28
	Макаронные изделия отварные	150	6,0	2,0	36	177	5,98	180	7,2	2,4	43,2	212,4	7,20
	Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,14	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,14
	Кисель «Витошка»	200	-	-	18,4	73,6	8,75	200	-	-	18,4	73,6	8,75
	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:	790	32,08	30,5	103,63	815,85	72,55	930	36,82	35,0	127,05	969,55	77,94

Меню на « 24 » сентябрь 2013 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б.Грусова
 «13» сентябрь 2013 г.

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

Завтраки Диета №8

	Салат из свежей моркови	60	0,7	4,38	3,96	57,9				3,10
	Котлета рубленая из курицы	100	12,13	17,4	9,86	245,0				44,28
	Макаронные изделия отварные	150	6,0	2,0	36	177				5,98
	Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55				2,14
	Кисель «Витошка»	200		-	18,4	73,6				8,45
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,8	0,3	13,35	56,7				1,75
	ИТОГО:	590	25,58	26,58	86,62	671,75				69,00

Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Бутерброд с маслом	21,5/10	1,39	7,465	9,708	106,84				4,45
	Каша рисовая молочная без	200/5	5,6	8,2	40	257,2				11,60
	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				1,25
	Груша	100	0,4	0,3	10,3	47				66,00
	ИТОГО:	558	9,28	16,38	73,176	469,88				90,69

Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Салат из моркови	100	1,2	2	6,6	67				4,46
	Суп картофельный с горохом	250	7,5	5,0	20,0	162,5				4,17
	Котлета рубленая из курицы	100	12,13	17,4	9,86	245,0				44,28
	Макаронные изделия отварные	180	7,2	2,4	43,2	212,4				4,20
	Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55				2,14
	Компот из свежих яблок без	200	0,18	0,2	9,4	17				4,44
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	21,5	1,29	0,215	9,568	40,64				1,25
	ИТОГО:	901,5	34,45	29,715	103,678	809,09				44,54

Шеф-повар

Я. Жу

Т.П. Ярошенко