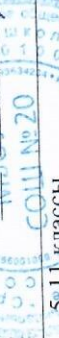


Меню « 22 » сентября 2023 г.

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №20  
 О.Б.Трусове  
 « 22 » сентября 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</b>													
	Запеканка творожная со стуженным	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	27,64	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	27,64
	Курица тушеная с соусом	100/50	26,9	18,9		285	47,01	100/50	26,9	18,9		285	47,01
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	42	300	7,69	180	10,8	12,6	50,4	360	9,19
	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	50	3,84	0,48	23,94	118	3,29
	Фрукты <i>сезонно</i>	100	0,4	0,4	9,8	47	14,19	100	0,4	0,4	9,8	47	14,19
	ИТОГО:	710	51,05	42,35	115,25	1048,98	103,97	760	54,39	44,64	133,23	1156,18	106,79
<b>завтрак обучающихся с ОВЗ</b>													
	Бутерброд на батоне с маслом, сыром	17,7/1	5,33	11,5	9,17	161,57	15,26	17,7/1	5,33	11,53	9,17	161,57	15,26
	Каша рисовая молочная со сливочным	150/5	3	2,25	18	103,5	9,49	200/5	4	3	24	138	11,60
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58	1,63	200	0,2	-	15,0	58	1,63
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	21,58	80	6,7	5,8	54,2	437	21,58
	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
	ИТОГО:	507,7	17,53	19,8	110,73	830,87	49,91	557,7	18,53	20,62	116,73	865,37	52,02
<b>обеды обучающихся с ОВЗ</b>													
	Запеканка творожная со стуженным	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	27,64	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	27,64
	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 молочный с макаронными	200	5,75	5,21	18,84	145,2	7,23	250	7,19	6,51	23,55	181,5	9,04
	Курица тушеная с соусом	100	26,9	18,9		285	47,01	100	26,9	18,9		285	47,01
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	42	300	7,69	180	10,8	12,6	50,4	360	9,19
	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	50	3,84	0,48	23,94	118	3,29
	Фрукты <i>сезонно</i>	100	0,4	0,4	9,8	47	14,19	100	0,4	0,4	9,8	47	14,19
	ИТОГО:	920	57,5	51,9	138,05	1252,08	114,30	1060	62,78	58,4	163,38	1434,18	120,94

Шеф-повар *Я. Я. Я.* Т.П. Ярошенко



Меню на « 12 » сентября 20 13 г.

Утверждено  
 Директор МБОУ СОШ №2С  
 О.Б. Гусове  
 « 11 » сентября 2013 г.

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

**Завтраки Диета №8**

	Запеканка творожная со						70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	27,64
	Курица тушеная с соусом						100/50	26,9	18,9		285	44,01
	Каша гречневая рассыпчатая						150	9,0	10,5	42	300	4,69
	Кофейный напиток						200	3	4	29	152	5,47
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						30	1,8	0,3	13,35	56,7	1,75
	Фрукты <i>сезонно</i>						100	0,4	0,4	9,8	47	14,19
	ИТОГО:						710	50,55	42,36	114,24	1034,88	103,75

**Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9**

	Бутерброд с сыром						21,5/20	7,08	5,255	10,105	111,95	15,16
	Каша рисовая молочная без						200/5	5,6	8,2	40	257,2	11,32
	Чай без сахара						200			0,3	1,2	1,59
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,25
	Яблоко						100	0,4	0,4	9,8	47	14,19
	ИТОГО:						568	14,37	14,07	159,62	547,99	43,61

**Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9**

	Салат из моркови						100	1,2	2	6,6	67	4,76
	Суп картофельный с горохом						250	7,5	5,0	20,0	162,5	4,02
	Курица тушеная с соусом						100/50	26,9	18,9		285	44,01
	Каша гречневая рассыпчатая						180	10,8	12,6	50,4	360	9,19
	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
	ИТОГО:						901,5	48,29	38,915	90,168	933,34	70,32

Шеф-повар

*Д.А.Яр*

Т.П. Ярошенко