

Меню на «17» декабря 2013 г.

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №20

О.Б. Грусова

«16» декабря 2013 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
завтраки													
	Бутерброд на батоне с повидлом	17,7/1	1,33	0,53	13,53	64,02	4,14	17,7/1	1,33	0,53	13,53	64,02	4,14
	Салат из свежей моркови	60	0,7	4,38	3,96	57,9	3,15	100	1,2	7,3	6,6	96,5	5,20
	Гуляш из говядины с соусом	50/50	14,0	6,0	4,0	130	48,39	50/50	14,0	6,0	4,0	130	48,39
	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 I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,98	50	3,84	0,48	23,94	118	3,19
	<i>Итого сыр</i>	572,7	28,33	21,7	109,85	746,72	11,92	662,7	32,17	26,91	130,47	892,52	11,92
	<i>Итого:</i>						8,12						86,14
завтрак обучающихся с ОБЗ													
	Бутерброд на батоне с маслом, сыром	17,7/15	5,33	11,5	9,17	161,57	18,14	17,7/15	5,33	11,53	9,17	161,57	18,14
	Запеканка творожная со стуженым	200/15	30,93	22,8	36,0	310,66	68,82	200/15	30,93	22,89	36,0	310,66	68,82
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58	1,63	200	0,2	-	15,0	58	1,63
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,98	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,98
	Йогурт молочный	100	2,5	1,2	16	85	2,40	100	2,5	1,2	16	85	2,40
	ИТОГО:	587,7	41,26	35,9	90,53	686,03	113,56	587,7	41,26	35,91	90,53	686,03	113,56
обеды обучающихся с ОБЗ													
	Бутерброд на батоне с повидлом	17,7/15	1,33	0,53	13,53	64,02	4,14	17,7/15	1,33	0,53	13,53	64,02	4,14
	Салат из свежей моркови	60	0,7	4,38	3,96	57,9	3,15	100	1,2	7,3	6,6	96,5	5,20
	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	48,39	50/50	14,0	6,0	4,0	130	48,39
	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 I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,98	50	3,84	0,48	23,94	118	3,19
	<i>Итого: сыр</i>	782,7	31,53	26,58	127,05	872,72	11,92	922,7	36,17	33,0	151,97	1050,02	11,92
Шеф-повар													

Т.П. Ярошенко

Итого:

91,00

98,19

Меню на «17» декабря 2013 г.

Утверждаю:
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б. Трусова
 12.12.2013
 2013 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы				5-11 классы				Энергетическая ценность	Цена
		выход	белки	жиры	углеводы	выход	белки	жиры	углеводы		
	Бутерброд на батоне с повидлом					17,7/15	1,33	0,53	13,53	64,02	4,14
	Салат из свежей моркови					60	0,7	4,38	3,96	57,9	3,15
	Гуляш из говядины с соусом					50/50	14,0	6,0	4,0	130	48,39
	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	1,75
	<i>Сыр</i>					100	0,4	0,4	9,8	47	11,92
	ИТОГО:					672,7	28,23	22,11	118,64	779,62	80,90

Завтраки Диета №8

Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Бутерброд с сыром					21,5/20	7,08	5,255	10,105	111,95	16,53
	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	2,40
	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	53,38

Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Салат из свежей моркови					100	1,2	7,3	6,6	96,5	4,85
	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	48,39
	Каша гречневая рассыпчатая					180	10,8	12,6	50,4	360	10,05
	Компот из сухофруктов без					200	0,8		13,2	58,6	1,77
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)					21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,25
	<i>Сыр</i>					861,5	31,97	34,125	109,888	879,64	11,92
	ИТОГО:										90,14

Т.П. Ярошенко

Шеф-повар

Т.П.