

№ 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 стухенным молоком	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	28,09	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	28,09
	Курица тушеная с соусом	100/50	26,9	18,9		285	51,82	100/50	26,9	18,9		285	51,82
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	42	300	8,40	180	10,8	12,6	50,4	360	10,05
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	5,48	200	3	4	29	152	5,48
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,98	50	3,84	0,48	23,94	118	3,29
	Фрукты <i>банан</i>	100	0,4	0,4	9,8	47	38,88	100	0,4	0,4	9,8	47	38,88
	ИТОГО:	710	51,05	42,35	115,25	1048,98	134,52	760	54,39	44,64	133,23	1156,18	134,49
<b>завтрак обучающихся с ОБЗ</b>													
	Бутерброд на батоне с маслом, сыром	17,7 10/15	5,33	11,5	9,17	161,57	18,14	17,7 10/15	5,33	11,53	9,17	161,57	18,14
	Каша рисовая молочная со сливочным маслом	150/5	3	2,25	18	103,5	9,80	200/5	4	3	24	138	11,88
	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	18,48	80	6,7	5,8	54,2	437	18,48
	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
	ИТОГО:	507,7	17,53	19,87	110,73	830,87	48,92	557,7	18,53	20,62	116,73	865,37	51,10
<b>обеда обучающихся с ОБЗ</b>													
	Запеканка творожная со стухенным молоком	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	28,09	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	28,09
	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 молочный с макаронными изделиями	200	5,75	5,21	18,84	145,2	4,23	250	7,19	6,51	23,55	181,5	9,04
	Курица тушеная с соусом	100	26,9	18,9		285	51,82	100	26,9	18,9		285	51,82
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	42	300	8,40	180	10,8	12,6	50,4	360	10,05
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	5,48	200	3	4	29	152	5,48
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,98	50	3,84	0,48	23,94	118	3,29
	Фрукты <i>банан</i>	100	0,4	0,4	9,8	47	38,88	100	0,4	0,4	9,8	47	38,88
	ИТОГО:	920	57,5	51,94	138,05	1252,08	144,90	1060	62,78	58,45	163,38	1434,18	151,83

Меню на « 12 » декабря 2013 г.

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №20  
 О.Б.Трусова  
 12.12.2013

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы				5-11 классы				энергетическая ценность	цена
		выход	белки	жиры	углеводы	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность		
	Запеканка творожная со					9,45	8,26	20,09	194,18		28,09
	Курица тушеная с соусом					26,9	18,9		285		51,82
	Каша гречневая рассыпчатая					9,0	10,5	42	300		8,40
	Кофейный напиток					3	4	29	152		5,44
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)					1,8	0,3	13,35	56,7		1,75
	Фрукты <i>бананы</i>					0,4	0,4	9,8	47		38,87
	ИТОГО:					50,55	42,36	114,24	1034,88		134,30

**Завтраки Диета №8**

**Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9**

	Булгурод с сыром <i>савоной</i>					7,08	5,255	10,105	111,95		19,77
	Каша рисовая молочная без					5,6	8,2	40	257,2		11,60
	Чай без сахара							0,3	1,2		1,59
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)					1,29	0,215	9,568	40,64		1,25
	Яблоко					0,4	0,4	9,8	47		14,80
	ИТОГО:					14,37	14,07	159,62	547,99		51,91

**Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9**

	Салат из моркови					1,2	2	6,6	67		4,85
	Суп картофельный с горохом					7,5	5,0	20,0	162,5		4,62
	Курица тушеная с соусом					26,9	18,9		285		51,82
	Каша гречневая рассыпчатая					10,8	12,6	50,4	360		19,05
	Кофейный напиток без сахара					0,6	0,2	3,6	18,2		4,09
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)					1,29	0,215	9,568	40,64		1,25
	<i>бананы</i>					48,29	38,915	90,168	933,34		38,87
	ИТОГО:					901,5					115,45

Шеф-повар

*Т.П. Ярошенко*

Т.П. Ярошенко