

Меню на « 11 » декабря 2013 г.

Утверждено
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б.Трусова
 «10» 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													
	Салат из свежих помидоров	60	0,54	2,7	2,88	38,4	14,65	100	1,13	6,19	4,72	79,1	24,42
	Котлета рубленая из говядины	100	15,55	11,55	15,7	228,75	49,11	100	15,55	11,55	15,7	228,75	49,11
	Овощное рагу	150	4,5	7,95	19,05	177	4,80	180	5,4	9,54	22,86	212,4	9,38
	Компот из кураги	200	0,6		7,6	33,5	4,84	200	0,6		7,6	33,5	4,84
	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
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	21,56	80	6,7	5,8	54,2	437	21,56
	ИТОГО:	620	30,19	28,29	113,79	985,45	102,93	710	33,22	33,56	129,02	1108,75	115,60
завтрак обучающихся с ОВЗ													
	Бутерброд на батоне с маслом, повидлом	17,7 10 15	1,41	7,78	13,66	130,12	4,39	17,7 10 15	1,41	7,78	13,66	130,12	4,39
	Омлет натуральный	55	4,32	4,98	1,77	68,71	14,68	55	4,32	4,98	1,77	68,71	14,68
	Каша пшеничная молочная со сливочным	150/5	7,05	4,65	31,95	190,35	8,92	200/5	9,4	6,2	42,6	253,8	10,80
	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	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,98
	Печенье Чоко-пай	30	1,2	4,83	21,15	132	12,50	30	1,2	4,83	21,15	132	12,50
	ИТОГО:	512,7	19,28	26,5	111,89	743,98	50,92	562,7	21,63	28,08	122,54	807,43	52,80
обеда обучающихся с ОВЗ													
	Салат из свежих помидоров	60	0,54	2,7	2,88	38,4	14,65	100	1,13	6,19	4,72	79,1	24,42
	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
	Котлета рубленая из говядины	100	15,55	11,5	15,7	228,75	49,11	100	15,55	11,5	15,7	228,75	49,11
	Овощное рагу	150	4,5	7,95	19,05	177	4,80	180	5,4	9,54	22,86	212,4	9,38
	Компот из кураги	200	0,6		7,6	33,5	4,84	200	0,6		7,6	33,5	4,84
	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
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	21,56	80	6,7	5,8	54,2	437	21,56
	ИТОГО:	830	33,39	33,1	130,99	1111,45	112,81	970	37,22	39,6	150,52	1266,25	124,65

Шеф-повар

З.А.А.

Т.П. Ярошенко

