

Меню на « 14 » апреля 2024 г.

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №20  
 О.Б.Трусова  
 «13» апреля 2024 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>													
	Нарезка из свежих помидоров	60	0,78	0,18	2,04	14,1	20,66	100	1,3	0,3	3,4	23,5	34,45
	Котлета рубленая из говядины	100	15,55	11,55	15,7	228,75	53,85	100	15,55	11,55	15,7	228,75	53,85
	Макаронные изделия отварные	150	6,0	2,0	36	177	6,19	180	7,2	2,4	43,2	212,4	4,45
	Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,24	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,24
	Сок фруктовый	200	1	-	21	94	22,00	200	1	-	21	94	22,00
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,04	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45
	ИТОГО:	590	30,58	16,52	94,15	646,2	104,01	680	33,84	17,23	112,29	738,2	183,44
<b>завтрак обучающихся с ОВЗ</b>													
	Бутерброд с батоном с маслом, сыром	17,7/10/	5,33	11,5	9,17	161,57	15,56	17,7/10/1	5,33	11,53	9,17	161,57	15,56
	Каша рисовая молочная со сливочным маслом	150/5	3	2,25	18	103,5	10,14	200/5	4	3	24	138	12,54
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58	1,55	200	0,2	-	15,0	58	1,55
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,04	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,04
	Йогурт молочный	100	2,5	1,2	16	85	2,900	100	2,5	1,2	16	85	2,900
	ИТОГО:	527,7	13,33	15,2	72,53	478,87	58,32	577,7	14,33	16,02	78,53	513,37	60,42
<b>обеда обучающихся с ОВЗ</b>													
	Нарезка из свежих помидоров	60	0,78	0,18	2,04	14,1	20,66	100	1,3	0,3	3,4	23,5	34,45
	Суп-пюре из картофеля с грибами	200/10	3,2	4,88	17,2	126	10,63	250/10	4,0	6,1	21,5	157,5	12,98
	Котлета рубленая из говядины	100	15,55	11,5	15,7	228,75	53,85	100	15,55	11,5	15,7	228,75	53,85
	Макаронные изделия отварные	150	6,0	2,0	36	177	6,19	180	7,2	2,4	43,2	212,4	4,45
	Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,24	50	4,95	2,5	5,05	61,55	2,24
	Сок фруктовый	200	1	-	21	94	22,00	200	1	-	21	94	22,00
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,04	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45
	ИТОГО:	800	33,78	21,4	111,35	772,2	114,64	940	37,84	23,3	133,79	895,7	136,42

Шеф-повар

*С.А.Яр*

Т.П. Ярошенко



Меню на « 24 » апреля 2024 г.

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №20  
 О.Б.Трусова  
 «23» апреля 2024 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы				5-11 классы				Энергетическая ценность	цена	
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	белки	жиры			углеводы
<b>Завтраки Диета №8</b>												
	Нарезка из свежих помидоров					60	0,78	0,18	2,04	14,1		20,66
	Котлета рубленая из говядины					100	15,55	11,5	15,7	228,75		53,85
	Макаронные изделия отварные					150	6,0	2,0	36	177		6,19
	Соус томатный					50	4,95	2,5	5,05	61,55		2,24
	Сок фруктовый					200	1	-	21	94		22,00
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)					30	1,8	0,3	13,35	56,7		1,83
	Йогурт молочный					100	2,5	1,2	16	85		29,00
	<b>ИТОГО:</b>					690	32,58	17,7	109,14	717,1		135,44
<b>Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9</b>												
	Бутерброд с сыром, <i>маринованный</i>					21,5/20	7,08	5,255	10,105	111,95		14,81
	Каша рисовая молочная без сахара со					200/5	5,6	8,2	40	257,2		12,15
	Чай без сахара					200			0,3	1,2		1,69
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)					21,5	1,29	0,215	9,568	40,64		1,31
	Йогурт молочный					100	2,5	1,2	16	85		49,00
	<b>ИТОГО:</b>					568	16,47	14,87	75,973	495,99		48,96
<b>Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9</b>												
	Нарезка из свежих помидоров					100	1,3	0,3	3,4	23,5		34,45
	Суп-пюре из картофеля с гречками					250/10	4,68	8,01	26,12	193,9		12,83
	Котлета рубленая из говядины					100	15,55	11,55	15,7	228,75		53,85
	Макаронные изделия отварные					180	7,2	2,4	43,2	212,4		4,45
	Соус томатный					50	4,95	2,5	5,05	61,55		2,24
	Сок яблочный без сахара (консервы)					200	1	-	21	94		22,00
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)					21,5	1,29	0,215	9,568	40,64		1,31
	<b>ИТОГО:</b>					911,5	35,97	24,97	124,038	854,74		134,13
	Шеф-повар											

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко

*Т.П. Ярошенко*