

№ 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													
		60	0,48	0,06	1,02	7,8	18,36	60	0,48	0,06	1,02	7,8	18,36
	Нарезка из соленых огурцов	100	13,25	1,875	-	69,34	59,16	100	13,25	1,875	-	69,34	59,16
	Рыба (филе) припущенная	150	3,06	4,8	20,45	137,25	10,85	180	3,67	5,76	24,53	164,7	13,02
	Пюре картофельное	200	0,6		7,6	33,5	4,34	200	0,6		7,6	33,5	4,34
	Компот из кураги	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,07	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45
	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	6,7	5,8	54,2	437	22,88	80	6,7	5,8	54,2	437	22,88
	Булочка	620	26,39	12,82	97,63	755,69	120,66	670	22,54	13,97	111,29	830,34	124,21
	ИТОГО:												
завтрак обучающихся с ОВЗ													
		17,7/10/1	1,41	7,78	13,66	130,12	4,68	17,7/10/1	1,41	7,78	13,66	130,12	4,68
	Бутерброд с багетом с маслом, повидлом	150/5	5	3	21	130	8,60	200/5	6,7	4	28	173,3	10,31
	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	200	3	4	29	152	5,63	200	3	4	29	152	5,63
	Кофейный напиток	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,07	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,07
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	1,2	4,83	21,15	132	12,50	30	1,2	4,83	21,15	132	12,50
	Кондитерское изделие	457,7	12,91	19,9	99,17	614,92	36,48	507,7	14,61	20,9	106,17	658,22	38,19
	ИТОГО:												
обеды обучающихся с ОВЗ													
		60	0,48	0,06	1,02	7,8	18,36	60	0,48	0,06	1,02	7,8	18,36
	Нарезка из соленых огурцов	200/5	1,68	4,09	13,27	96,6	8,57	250/5	2,1	5,11	16,59	120,75	10,47
	Рассольник петербургский со сметаной	100	13,25	1,87	-	69,34	59,16	100	13,25	1,87	-	69,34	59,16
	Рыба (филе) припущенная	150	3,06	4,8	20,45	137,25	10,85	180	3,67	5,76	24,53	164,7	13,02
	Пюре картофельное	200	0,6		7,6	33,5	4,34	200	0,6		7,6	33,5	4,34
	Компот из кураги	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,07	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45
	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	6,7	5,8	54,2	437	22,88	80	6,7	5,8	54,2	437	22,88
	Булочка	825	28,07	16,9	110,9	852,29	129,23	925	30,64	19,0	127,88	951,09	134,68
	ИТОГО:												

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко

Меню на « 14 » *сентября* 20 *14* г

Утверждено

Директор МБОУ СОШ №20

О.Б. Грусова

« 13 » *сентября* 20 *14* г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы				5-11 классы					
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена
Завтраки Диета №8											
	Нарезка из соленых огурцов	60	0,48	0,06	1,02	7,8					18,36
	Рыба (филе) припущенная	100	13,25	1,875	-	69,34					59,16
	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,45	137,25					10,85
	Компот из кураги	200	0,6		7,6	33,5					8,34
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,8	0,3	13,35	56,7					1,83
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437					22,88
	ИТОГО:	620	25,89	12,835	96,62	741,59					120,42
Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9											
	Бутерброд с маслом	21,5/10	1,39	7,465	9,708	106,84					8,20
	Каша ячневая молочная без сахара со	200/5	6,7	4	25,01	161,33					10,04
	Кофейный напиток без сахара	200	0,6	0,2	3,6	18,2					4,25
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	21,5	1,29	0,215	9,568	40,64					1,31
	Фрукты	100	0,4	0,3	10,3	47					20,64
	ИТОГО:	558	10,38	12,18	58,186	374,01					44,44
Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9											
	Нарезка из свежих огурцов и	100	1	2,9	3,3	44,6					35,43
	Рассольник петербургский	250/5	2,1	5,11	16,59	120,75					10,47
	Рыба (филе) припущенная	100	13,25	1,875	-	69,34					59,16
	Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,53	164,7					13,02
	Компот из кураги без сахара	200	0,8		8,4	38,4					5,96
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	21,5	1,29	0,215	9,568	40,64					1,31
	ИТОГО:	856,5	22,11	15,86	62,388	478,43					115,35
	Шеф-повар	Т.П. Ярошенко									

Т.П. Ярошенко

Я. Яр