

Меню на « 7 » марта 20 14 г.



№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы					5-11 классы					
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена
<b>завтраки</b>												
	Салат из свежих помидоров	60	0,54	2,7	2,88	38,4	1,13	6,19	4,72	79,1	35,05	
	Котлета рубленая из говядины	100	15,55	11,55	15,7	228,75	15,55	11,55	15,7	228,75	54,06	
	Овощное рагу	150	4,5	7,95	19,05	177	5,4	9,54	22,86	212,4	9,21	
	Компот из кураги	200	0,6		7,6	33,5	0,6		7,6	33,5	8,84	
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	3,84	0,48	23,94	118	3,45	
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	6,7	5,8	54,2	437	19,36	
	ИТОГО:	620	30,19	28,29	113,79	985,45	33,22	33,56	129,02	1108,75	118,84	
<b>завтрак обучающихся с ОБЗ</b>												
	Бутерброд на батоне с маслом, повидлом	17,7/10/15	1,41	7,78	13,66	130,12	1,41	7,78	13,66	130,12	8,68	
	Омлет натуральный	55	4,32	4,98	1,77	68,71	4,32	4,98	1,77	68,71	11,88	
	Каша пшеничная молочная со сливочным	150/5	7,05	4,65	31,95	190,35	9,4	6,2	42,6	253,8	11,31	
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	3	4	29	152	5,63	
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,3	0,29	14,36	70,8	1,08	
	ИТОГО:	512,7	19,28	26,5	111,89	743,98	21,63	28,08	122,54	807,43	39,46	
<b>обеды обучающихся с ОБЗ</b>												
	Салат из свежих помидоров	60	0,54	2,7	2,88	38,4	1,13	6,19	4,72	79,1	35,05	
	Суп-пюре из картофеля с гречками	200/10	3,2	4,88	17,2	126	4,0	6,1	21,5	157,5	12,86	
	Котлета рубленая из говядины	100	15,55	11,5	15,7	228,75	15,55	11,5	15,7	228,75	54,06	
	Овощное рагу	150	4,5	7,95	19,05	177	5,4	9,54	22,86	212,4	9,21	
	Компот из кураги	200	0,6		7,6	33,5	0,6		7,6	33,5	8,84	
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	3,84	0,48	23,94	118	3,45	
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	6,7	5,8	54,2	437	19,36	
	ИТОГО:	830	33,39	33,1	130,99	1111,45	37,22	39,6	150,52	1266,25	141,83	

Шеф-повар А.А.А.

Т.П. Ярошенко



Меню на « 7 » марта 2014 г.

Утверждено

Директор МБОУ СОШ №20

О.Б. Трусова

« 6 » марта 2014 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы				5-11 классы					
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы

**Завтраки Диета №8**

	Салат из свежих помидоров												
	Котлета рубленая из говядины												
	Овощное рагу												
	Компот из кураги												
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)												
	Булочка												
	ИТОГО:	720	32,19	29,5	128,78								

**Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9**

	Бутерброд с маслом												
	Омлет натуральный												
	Каша пшеничная молочная без сахара												
	Кофейный напиток без сахара												
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)												
	Груша												
	ИТОГО:	613	14,6	20,16	63,746								

**Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9**

	Салат из свежих помидоров												
	Суп-пюре из картофеля с												
	Котлета рубленая из говядины												
	Овощное рагу												
	Компот из кураги без сахара												
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)												
	ИТОГО:	861,5	28,85	35,505	87,368								

Шеф-повар

*Т.П. Ярошенко*

Т.П. Ярошенко