

Меню на « 6 » *сентября* 20 *14* г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б.Грусова
 « *5* » *сентября* 20 *14* 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													
	Нарезка из соленых огурцов	60	0,48	0,06	1,02	7,8	<i>18,36</i>	60	0,48	0,06	1,02	7,8	<i>18,36</i>
	Котлета рыбная	100	22,6	7,8	7,2	189,3	<i>32,21</i>	100	22,6	7,8	7,2	189,3	<i>32,21</i>
	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,45	137,25	<i>10,85</i>	180	3,67	5,76	24,53	164,7	<i>13,02</i>
	Сок фруктовый	200	1	-	21	94	<i>21,00</i>	200	1	-	21	94	<i>21,00</i>
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	<i>2,08</i>	50	3,84	0,48	23,94	118	<i>3,45</i>
	ИТОГО:	540	29,44	12,95	64,03	499,15	<i>85,49</i>	590	31,59	14,1	77,69	573,8	<i>89,04</i>
завтрак обучающихся с ОВЗ													
	Бутерброд на батоне с маслом, сыром	<i>17,7</i> ^{10/15}	5,33	11,5	9,17	161,57	<i>15,56</i>	<i>17,7</i> ^{10/15}	5,33	11,53	9,17	161,57	<i>15,56</i>
	Запеканка творожная со стухенным молоком	200/15	30,93	22,8	36,0	310,66	<i>42,52</i>	200/15	30,93	22,89	36,0	310,66	<i>42,52</i>
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58	<i>1,63</i>	200	0,2	-	15,0	58	<i>1,63</i>
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	<i>2,08</i>	30	2,3	0,29	14,36	70,8	<i>2,08</i>
	ИТОГО:	100	2,5	1,2	16	85		100	2,5	1,2	16	85	
	ИТОГО:	587,7	41,26	35,9	90,53	686,03	<i>91,88</i>	587,7	41,26	35,91	90,53	686,03	<i>91,88</i>
обеда обучающихся с ОВЗ													
	Нарезка из соленых огурцов	60	0,48	0,06	1,02	7,8	<i>18,36</i>	60	0,48	0,06	1,02	7,8	<i>18,36</i>
	Рассольник петербургский со сметаной	200/5	1,68	4,09	13,27	96,6	<i>8,58</i>	250/5	2,1	5,11	16,59	120,75	<i>10,98</i>
	Котлета рыбная	100	22,6	7,8	7,2	189,3	<i>32,21</i>	100	22,6	7,8	7,2	189,3	<i>32,21</i>
	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,45	137,25	<i>10,85</i>	180	3,67	5,76	24,53	164,7	<i>13,02</i>
	Сок фруктовый	200	1	-	21	94	<i>21,00</i>	200	1	-	21	94	<i>21,00</i>
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	<i>2,08</i>	50	3,84	0,48	23,94	118	<i>3,45</i>
	ИТОГО:	745	31,12	17,0	77,3	595,75	<i>94,06</i>	845	33,69	19,2	94,28	694,55	<i>99,51</i>

Шеф-повар *Я. Я. Я.*

Т.П. Ярошенко

Меню на « 6 » марта 2024 г.

Утверждено
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б.Грусова
 « 5 » марта 2024 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

	Нарезка из соленых огурцов												
	Котлета рыбная												18,36
	Пюре картофельное												32,21
	Сок фруктовый												10,85
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)												11,00
	ИТОГО:												1,83
													85,15

Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Бутерброд с сыром												
	Каша пшеничная молочная без сахара												14,19
	Чай без сахара												10,53
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)												1,69
	ИТОГО:												1,31
													85
													433,79

Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Салат из свежих огурцов и помидоров												
	Рассольник петербургский												36,03
	Рыба (филе) припущенная												10,48
	Пюре картофельное												36,89
	Сок яблочный без сахара												13,02
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)												21,00
	ИТОГО:												1,31
													534,03

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко