

№ 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													
	Запеканка творожная со стуженным молоком	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	29,53	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	29,53
	Курица запеченная	100	26,0	11	-	204,0	43,92	100	26,0	11,0	-	204	43,92
	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,45	137,25	10,64	180	3,67	5,76	24,53	164,7	12,48
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	5,63	200	3	4	29	152	5,63
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,04	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45
	Фрукты <i>клубе</i>	100	0,4	0,4	9,8	47	20,03	100	0,4	0,4	9,8	47	20,03
	ИТОГО:	660	44,21	28,75	93,7	805,23	111,82	710	46,36	29,9	107,36	879,88	115,34
завтрак обучающихся с ОБЗ													
	Бутерброд на батоне с маслом, сыром	17,7/10/1	5,33	11,5	9,17	161,57	19,56	17,7/10/	5,33	11,53	9,17	161,57	19,56
	Каша пшенная молочная со сливочным маслом	150/5	7,05	4,65	31,95	190,35	9,35	200/5	9,4	6,2	42,6	253,8	11,31
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58	1,63	200	0,2	-	15,0	58	1,63
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,04	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,04
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	10,02	80	6,7	5,8	54,2	437	10,02
	ИТОГО:	507,7	21,58	22,2	124,68	917,72	48,63	557,7	23,93	23,82	135,33	981,17	50,59
обеда обучающихся с ОБЗ													
	Запеканка творожная со стуженным молоком	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	29,53	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	29,53
	Суп <i>рисовый</i>	200	5,75	5,21	18,84	145,2	5,86	250	7,19	6,51	23,55	181,5	7,32
	Курица запеченная	100	26,0	11	-	204,0	43,92	100	26,0	11,0	-	204	43,92
	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,45	137,25	10,64	180	3,67	5,76	24,53	164,7	12,48
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	5,63	200	3	4	29	152	5,63
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,04	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45
	Фрукты <i>клубе</i>	100	0,4	0,4	9,8	47	20,03	100	0,4	0,4	9,8	47	20,03
	ИТОГО:	860	49,96	33,9	112,54	950,43	114,68	960	53,55	36,4	130,91	1061,38	122,66

Шеф-повар

Я. Ар

Т.П. Ярошенко

Меню на « 1 » марта 20 14 г.

Утверждено

Директор МБОУ СОШ №20

О.Б. Трусова

«29» февраля 2014 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												
	Запеканка творожная со	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18			20,09	194,18	29,53	
	Курица запеченная	100	26,0	11,0	-	204			-	204	43,92	
	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,45	137,25			20,45	137,25	10,64	
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152			29	152	5,63	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,8	0,3	13,35	56,7			13,35	56,7	1,83	
	Фрукты <i>клубе</i>	100	0,4	0,4	9,8	47			9,8	47	20,63	
	ИТОГО:	660	43,71	28,76	92,69	791,13			92,69	791,13	111,58	
Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9												
	Бутерброд с сыром	21,5/20	7,08	5,255	10,105	111,95			10,105	111,95	14,19	
	Каша пшеничная молочная без сахара	200/5	6,6	7	28,8	202			28,8	202	11,04	
	Чай без сахара	200			0,3	1,2			0,3	1,2	1,69	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	21,5	1,29	0,215	9,568	40,64			9,568	40,64	1,31	
	Фрукты <i>клубе</i>	100	0,4	0,4	9,8	47			9,8	47	20,03	
	ИТОГО:	568	15,37	12,87	58,573	402,79			58,573	402,79	48,16	
Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9												
	Суп рисовый (харчо)	250	6,18	3,3	14,65	113,0			14,65	113,0	8,32	
	Курица запеченная	100	26,0	11,0	-	204			-	204	43,92	
	Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,53	164,7			24,53	164,7	12,88	
	Кофейный напиток без сахара	200	0,6	0,2	3,6	18,2			3,6	18,2	4,25	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	21,5	1,29	0,215	9,568	40,64			9,568	40,64	1,31	
	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47			9,8	47	-	
	ИТОГО:	851,5	38,14	20,875	62,148	587,54			62,148	587,54	69,58	
	Шеф-повар											

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко