

Меню на « 28 » февраля 2014 г.

Утверждено
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б.Трусова
 « 16 » февраля 2014 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

	Рыба (филе) припущенная	100	13,25	1,875	-	69,34	59,16	100	13,25	1,875	-	69,34	59,16
	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,45	137,25	10,64	180	3,67	5,76	24,53	164,7	12,88
	Кисель «Витошка»	200		-	18,4	73,6	8,85	200		-	18,4	73,6	8,85
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	22,88	80	6,7	5,8	54,2	437	22,88
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,08	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45
	ИТОГО:	560	25,31	12,76	107,41	787,99	103,50	610	27,46	13,91	121,07	862,64	108,02

завтрак обучающихся с ОВЗ

	Бутерброд на батоне с маслом, повидлом	17,7 10 15	1,41	7,78	13,66	130,12	8,68	17,7 10 15	1,41	7,78	13,66	130,12	8,68
	Каша рисовая молочная со сливочным	150/5	3	2,25	18	103,5	10,13	200/5	4	3	24	138	12,39
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	5,63	200	3	4	29	152	5,63
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,08	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,08
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	22,88	80	6,7	5,8	54,2	437	22,88
	ИТОГО:	507,7	16,41	20,1	129,22	893,42	48,39	557,7	17,41	20,87	135,22	927,92	50,65

обеда обучающихся с ОВЗ

	Салат из свеклы	60	0,7	4,38	3,96	57,9	3,24	100	1,2	7,3	6,6	96,5	5,40
	Суп картофельный с горохом	200	6,0	4,0	16	130	3,89	250	7,5	5,0	20,0	162,5	4,84
	Рыба (филе) припущенная	100	13,25	1,87	-	69,34	59,16	100	13,25	1,87	-	69,34	59,16
	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,45	137,25	10,64	180	3,67	5,76	24,53	164,7	12,88
	Кисель «Витошка»	200		-	18,4	73,6	8,85	200		-	18,4	73,6	8,85
	Хлеб пшеничный I сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,08	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45
	ИТОГО:	740	25,47	14,6	74,23	537,33	88,65	880	29,69	19,2	95,23	682,04	99,28

Шеф-повар

Я. Ар

Т.П. Ярошенко

Меню на « 18 » февраля 2024 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б.Трусова
 «16» февраля 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
	<i>Вчерашняя</i>						60	0,7	4,38	3,96	57,9	22,88
	Рыба (филе) припущенная						100	13,25	1,875	-	69,34	59,16
	Пюре картофельное						150	3,06	4,8	20,45	137,25	10,64
	Кисель «Витошка»						200	-	-	18,4	73,6	8,85
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						30	1,8	0,3	13,35	56,7	1,83
	ИТОГО:						560	24,81	12,775	106,4	773,89	103,26

Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Бутерброд с маслом						21,5/10	1,39	7,465	9,708	106,84	8,20
	Каша рисовая молочная без						200/5	5,6	8,2	40	257,2	12,11
	Кофейный напиток без сахара						200	0,6	0,2	3,6	18,2	4,15
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,31
	<i>сдобное</i>						100	0,4	0,3	10,3	47	20,84
	ИТОГО:						558	9,28	16,38	73,176	469,88	46,51

Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9

	Салат из вареной свеклы						100	1,43	6,09	8,36	93,9	5,40
	Суп картофельный с горохом						250	7,5	5,0	20,0	162,5	4,74
	Рыба (филе) припущенная						100	13,25	1,875	-	69,34	59,16
	Пюре картофельное						180	3,67	5,76	24,53	164,7	12,88
	Компот из свежих яблок без						200	0,18	0,2	9,4	17	8,74
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,31
	ИТОГО:						851,5	27,32	19,14	71,858	548,08	91,13

Шеф-повар

Я.Яр

Т.П. Ярошенко