

Меню на « 7 » сентября 2024 г.

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №20

О.Б. Трусова

« 6 » сентября 2024 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы					5-11 классы						
		выход	белк и	жиры	углеводы	энергетич еская ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы	энергетич еская ценность	цена
завтраки													
	Нарезка из соленых огурцов	60	0,48	0,06	1,02	7,8	19,44	60	0,48	0,06	1,02	7,8	19,44
	Котлета рыбная	100	22,6	7,8	7,2	189,3	40,48	100	22,6	7,8	7,2	189,3	40,48
	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,45	137,25	12,46	180	3,67	5,76	24,53	164,7	13,91
	Сок фруктовый	200	1	-	21	94	18,40	200	1	-	21	94	18,40
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	50	3,84	0,48	23,94	118	4,07
	Кондитерское изделие	30	1,2	4,83	21,15	132	12,50	30	1,2	4,83	21,15	132	12,50
	ИТОГО:	570	30,6	17,7	85,18	631,15	105,42	620	32,79	18,93	98,84	705,8	108,80
завтрак обучающихся с ОВЗ													
	Бутерброд с батоном с маслом, повидлом	17.7/10/15	1,41	7,78	13,66	130,12	8,88	17.7/10/15	1,41	7,78	13,66	130,12	8,88
	Омлет натуральный	55	4,32	4,98	1,77	68,71	12,49	55	4,32	4,98	1,77	68,71	12,49
	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	150/5	7,05	4,65	31,95	190,35	10,37	200/5	9,4	6,2	42,6	253,8	12,40
	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	5,77	200	3	4	29	152	5,77
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44
	Кондитерское изделие	30	1,2	4,83	21,15	132	12,50	30	1,2	4,83	21,15	132	12,50
	ИТОГО:	512,7	19,2	26,5	111,89	743,98	52,45	562,7	21,63	28,08	122,54	807,43	54,78
обеды обучающихся с ОВЗ													
	Нарезка из соленых огурцов	60	0,48	0,06	1,02	7,8	19,44	60	0,48	0,06	1,02	7,8	19,44
	Рассольник петербургский со сметаной	200/5	1,68	4,09	13,27	96,6	9,08	250/5	2,1	5,11	16,59	120,75	11,10
	Котлета рыбная	100	22,6	7,8	7,2	189,3	40,48	100	22,6	7,8	7,2	189,3	40,48
	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,45	137,25	12,46	180	3,67	5,76	24,53	164,7	13,91
	Сок фруктовый	200	1	-	21	94	18,40	200	1	-	21	94	18,40
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	50	3,84	0,48	23,94	118	4,07
	ИТОГО:	745	31,1	17,0	77,3	595,75	102,30	845	33,69	19,2	94,28	694,55	107,40

Шеф-повар

Жа. Жу

Т.П. Ярошенко

Меню на « 4 » ноября 2024 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
О.Б. Трусова
 « 6 » ноября 2014 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	1-4 классы				5-11 классы				Энергетическая ценность	цена
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	выход	белки		
Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9											
	Бутерброд с маслом				21,5/10	1,39	7,465	9,708	106,84		10,05
	Омлет натуральный				55	4,32	4,98	1,77	68,71		11,79
	Каша пшеничная молочная без сахара со сливочным				200/5	6,6	7	28,8	202		12,12
	Кофейный напиток без сахара				200	0,6	0,2	3,6	18,2		4,39
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)				21,5	1,29	0,215	9,568	40,64		1,55
	Фрукты				100	0,4	0,3	10,3	47		-
	ИТОГО:				613	14,6	20,16	63,746	483,39		40,90
Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9											
	Салат из свежих огурцов				100	1	2,9	3,3	44,6		16,81
	Рассольник петербургский				250/5	2,1	5,11	16,59	120,75		11,10
	Котлета рыбная				100	22,6	7,8	7,2	189,3		40,48
	Пюре картофельное				180	3,67	5,76	24,53	164,7		13,91
	Сок яблочный без сахара (консервы)				200	1	-	21	94		18,40
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)				21,5	1,29	0,215	9,568	40,64		1,55
	ИТОГО: <u>соло-ноли</u>				856,5	31,66	21,785	82,188	653,99		12,50
	ИТОГО:										114,75

Шеф-повар

Я. Ян

Т.П. Ярошенко