Меню на « 6 » ноября 2024 г.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №20
_____ О.Б.Трусова
« 5 » ноября 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	цена
	завтраки												
	Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,43	40,38	10,09	100	0,76	6,09	2,38	67,3	16,81
	Плов из мяса курицы	260	24,1	20,2	42,49	448,81	62,29	260	24,17	20,24	42,49	448,81	62,29
	Напиток «Витошка»	200	1	-	34,0	116	7,00	200	1	-	34,0	116	7,00
	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
	Сыр твердый	15	3,45	4,35		54,3	12,48	15	3,45	4,35		54,3	12,48
	ИТОГО:	565	31,3	28,5	92,28	730,29	94,30	625	33,22	31,16	102,81	804,41	102,65
	завтрак обучающихся с ОВЗ												
	Бутерброд с батоном с маслом, сыром	17,7/10/15	5,33	11,5	9,17	161,57	19,18	17,7/10/15	5,33	11,53	9,17	161,57	19,18
	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	150/5	6,6	5,1	18,45	146,25	10,11	200/5	8,8	6,8	24,6	195	12,04
	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	2,44	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44
	Йогурт молочный	100	2,5	1,2	16	85	30,90	100	2,5	1,2	16	85	30,90
	ИТОГО:	527,7	16,9	18,1	72,98	521,62	64,26	577,7	19,13	19,82	79,13	570,37	66,19
	обеды обучающихся с ОВЗ												
	Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,43	40,38	10,09	100	0,76	6,09	2,38	67,3	16,81
	Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	1,4	3,91	6,79	67,8	6,33	250/5	1,75	4,89	8,49	84,75	7,73
	Плов из мяса курицы	260	24,1	20,2	42,49	448,81	62,29	260	24,17	20,2	42,49	448,81	62,29
	Напиток «Витошка»	200	1	-	34,0	116	7,00	200	1	-	34,0	116	7,00
	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
	Сыр твердый	15	3,45	4,35		54,3	12,48	15	3,45	4,35		54,3	12,48
	ИТОГО	770	32,7	32,4	99,07	798,09	100,63	880	34,97	36,0	111,3	889,16	110,38

Шеф-повар Т.П. Ярошенко

Меню на «6» ноября 2024 г.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №20
_____ О.Б.Трусова
«5» ноября 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	цена
	Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9												
	Бутерброд с сыром							21,5/20	7,08	5,255	10,105	111,95	17,54
	Каша пшеничная молочная без сахара со сливочным							200/5	8,8	6,8	24,6	195	11,76
	Чай без сахара							200			0,3	1,2	1,69
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)							21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,55
	Йогурт молочный							100	2,5	1,2	16	85	30,90
	ИТОГО:							568	19,67	13,47	60,573	433,79	63,44
	Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9												
	Салат из свежих огурцов							100	0,76	6,09	2,38	67,3	16,81
	Щи из свежей капусты со сметаной							250/5	1,75	4,89	8,49	84,75	7,73
	Плов из мяса курицы							260	24,17	20,24	42,49	448,81	62,29
	Чай без сахара							200	0,18	0,2	9,4	17	1,69
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)							21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,55
	Сыр твердый							15	3,45	4,35		54,3	12,48
	ИТОГО:							851,5	31,6	35,985	72,328	712,8	102,55

Шеф-повар Т.П. Ярошенко