

Меню « 14 » сентября 2014 г.

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №20  
 О.Б. Трусове  
 «13 сентября 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
<b>завтраки</b>													
	Запеканка творожная со сгущенным	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	30,45	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	30,45
	Кура запеченная	100	26,0	11	-	204,0	42,15	100	26,0	11,0	-	204	42,15
	Рис припущенный	150	3,0	9,0	36	241,5	8,88	180	3,6	10,8	43,2	289,8	10,99
	Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	1,38	50	4,95	2,5	5,05	61,55	1,38
	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	1,22	50	3,84	0,48	23,94	118	3,70
	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	55,72	100	0,4	0,4	9,8	47	55,72
	ИТОГО:	710	49,1	84,55	114,3	971,03	147,57	760	51,24	37,44	131,08	1066,53	151,16
<b>завтрак обучающихся с ОБЗ</b>													
	Бутерброд с батоном с маслом, <i>овес</i>	17,7/1	1,41	7,78	13,66	130,12	8,08	17,7/1	1,41	7,78	13,66	130,12	8,08
	Каша пшеничная молочная со	150/5	6,6	5,1	18,45	146,25	9,55	200/5	8,8	6,8	24,6	195	11,47
	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	1,22	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,22
	Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	11,56	80	6,7	5,8	54,2	437	11,56
	ИТОГО:	507,7	20,01	22,9	129,67	936,17	47,18	557,7	22,21	24,67	135,82	984,92	49,10
<b>обеда обучающихся с ОБЗ</b>													
	Запеканка творожная со сгущенным	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	30,45	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	30,45
	Суп молочный с макаронными	200	5,75	5,21	18,84	145,2	8,13	250	7,19	6,51	23,55	181,5	10,16
	Курица запеченная	100	26,0	11	-	204,0	42,15	100	26,0	11,0	-	204	42,15
	Рис припущенный	150	3,0	9,0	36	241,5	8,88	180	3,6	10,8	43,2	289,8	10,99
	Соус томатный	50	4,95	2,5	5,05	61,55	1,38	50	4,95	2,5	5,05	61,55	1,38
	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	1,22	50	3,84	0,48	23,94	118	3,70
	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	55,72	100	0,4	0,4	9,8	47	55,72
	ИТОГО:	910	54,85	40,6	133,14	1116,23	155,70	1010	58,43	43,9	154,63	1248,03	161,32

Шеф-повар *Т.П. Ярошенко*