

№ 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													
	Омлет натуральный	55	4,32	4,98	1,77	68,71	13,78	55	4,32	4,98	1,77	68,71	13,78
	Гуляш из говядины с соусом	50/50	14,0	6,0	4,0	130	53,14	50/50	14,0	6,0	4,0	130	53,14
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	4,2	300	7,89	180	10,8	12,6	50,4	360	9,44
	Кисель «Витошка»	200	-	-	18,4	73,6	8,75	200	-	-	18,4	73,6	8,75
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,07	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45
	Сыр твердый	15	3,45	4,35		54,3	19,05	15	3,45	4,35		54,3	19,05
	ИТОГО:	550	33,07	26,12	80,53	697,41	95,68	600	36,41	28,41	98,51	804,61	98,61
завтрак обучающихся с ОВЗ													
	Бутерброд с багоном с маслом, сыром	17,7/10/	5,33	11,5	9,17	161,57	19,58	17,7/10/1	5,33	11,53	9,17	161,57	19,58
	Каша рисовая молочная со сливочным маслом	150/5	3	2,25	18	103,5	19,16	200/5	4	3	24	138	12,42
	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	1,07	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,07
	Йогурт молочный	100	2,5	1,2	16	85	4,200	100	2,5	1,2	16	85	4,200
	ИТОГО:	527,7	13,33	15,2	72,53	478,87	71,42	577,7	14,33	80,89	78,53	513,37	73,68
обеды обучающихся с ОВЗ													
	Омлет натуральный	55	4,32	4,98	1,77	68,71	13,78	55	4,32	4,98	1,77	68,71	13,78
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,71	83,8	43,9	250	2,69	2,84	17,14	104,75	5,48
	Гуляш из говядины с соусом	50/50	14,0	6,0	4,0	130	53,14	50/50	14,0	6,0	4,0	130	53,14
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	10,5	4,2	300	7,89	180	10,8	12,6	50,4	360	9,44
	Кисель «Витошка»	200	-	-	18,4	73,6	8,75	200	-	-	18,4	73,6	8,75
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,3	0,29	14,36	70,8	1,07	50	3,84	0,48	23,94	118	3,45
	Сыр твердый	15	3,45	4,35		54,3	19,05	15	3,45	4,35		54,3	19,05
	ИТОГО:	750	35,22	28,39	94,24	781,21	100,4	850	39,1	31,2	115,65	909,36	104,09

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко

Меню на « 22 » *сентя* 20 24 г.

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №20

О.Б. Трусова

« 22 » *сентя* 20 24 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы				5-11 классы				энергетическая ценность	цена	
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	белки	жиры	углеводы			энергетическая ценность
Завтраки Диета №8												
	Омлет натуральный					55	4,32	4,98	1,77	68,71		13,48
	Гуляш из говядины с соусом					50/50	14,0	6,0	4,0	130		53,14
	Каша гречневая рассыпчатая					150	9,0	10,5	42	300		4,89
	Кисель «Витошка»					200		-	18,4	73,6		8,45
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)					30	1,8	0,3	13,35	56,7		1,83
	Сыр твердый					15	3,45	4,35		54,3		19,05
	Йогурт молочный					100	2,5	1,2	16	85		42,00
	ИТОГО:					650	35,07	27,33	95,52	768,31		134,44
Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9												
	Бутерброд с сыром, <i>максимум</i>					21,5/20	7,08	5,255	10,105	111,95		14,81
	Каша рисовая молочная без сахара со					200/5	5,6	8,2	40	257,2		11,15
	Чай без сахара					200			0,3	1,2		1,69
	Йогурт молочный					100	2,5	1,2	16	85		42,00
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)					21,5	1,29	0,215	9,568	40,64		1,31
	ИТОГО:					568	16,47	14,87	75,973	495,99		41,96
Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9												
	Омлет натуральный					55	4,32	4,98	1,77	68,71		13,48
	Суп картофельный с макаронными					250	2,69	2,84	17,14	104,75		5,48
	Гуляш из говядины с соусом					50/50	14,0	6,0	4,0	130		53,14
	Каша гречневая рассыпчатая					180	10,8	12,6	50,4	360		9,44
	Компот из свежих яблок без сахара					200	0,18	0,2	9,4	17		4,44
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)					21,5	1,29	0,215	9,568	40,64		1,31
	ИТОГО:					806,5	33,28	26,835	92,278	721,1		90,89
	Шеф-повар											

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко

Т.П.