

Меню на « 13 » мая 20 24 г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б. Трусова
 « 12 » мая 20 24 г.

№ п/п	1-4 классы							5-11 классы						
	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена		
завтраки														
	60	0,78	0,18	2,04	14,1	19,23	100	1,3	0,3	3,4	23,5	32,06		
Нарезка из свежих помидоров														
Котлета рубленая из говядины	100	15,55	11,55	15,7	228,75	53,90	100	15,55	11,55	15,7	228,75	53,90		
Капуста тушеная	150	2,78	6,48	34,52	213,53	13,74	180	3,33	7,77	41,42	256,23	19,48		
Сок фруктовый	200	1	-	21	94	22,00	200	1	-	21	94	22,00		
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		
Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	-	80	6,7	5,8	54,2	437	-		
ИТОГО:	620	29,11	24,3	141,82	1058,18	110,94	710	31,72	25,9	159,66	1157,48	126,89		
завтрак обучающихся с ОВЗ														
	17,7/10/1	1,41	7,78	13,66	130,12	7,68	17,7/10/1	1,41	7,78	13,66	130,12	7,68		
Бутерброд с батоном с маслом, повидлом														
Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	150/5	6,6	5,1	18,45	146,25	9,09	200/5	8,8	6,8	24,6	195	10,95		
Кофейный напиток	200	3	4	29	152	5,63	200	3	4	29	152	5,63		
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		
Кондитерское изделие	30	1,2	4,83	21,15	132	29,00	30	1,2	4,83	21,15	132	29,00		
ИТОГО:	457,7	14,51	22	96,62	631,17	53,47	507,7	16,71	23,7	102,77	679,92	55,33		
обеда обучающихся с ОВЗ														
	60	0,78	0,18	2,04	14,1	19,23	100	1,3	0,3	3,4	23,5	32,06		
Нарезка из свежих помидоров														
Суп-пюре из картофеля с гречками	200/10	3,2	4,88	17,2	126	10,63	250/10	4,0	6,1	21,5	157,5	12,98		
Котлета рубленая из говядины	100	15,55	11,5	15,7	228,75	53,90	100	15,55	11,5	15,7	228,75	53,90		
Капуста тушеная	150	2,78	6,48	34,52	213,53	13,74	180	3,33	7,77	41,42	256,23	19,48		
Сок фруктовый	200	1	-	21	94	22,00	200	1	-	21	94	22,00		
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		
Булочка	80	6,7	5,8	54,2	437	-	80	6,7	5,8	54,2	437	-		
ИТОГО:	830	32,31	29,1	159,02	1184,18	121,57	970	35,72	32	223,16	1314,98	139,87		

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко

Меню на « 23 » *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						
		выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена
Завтраки Диета №8													
	Нарезка из свежих помидоров						60	0,78	0,18	2,04	14,1	19,23	
	Котлета рубленая из говядины						100	15,55	11,55	15,7	228,75	53,90	
	Капуста тушеная						150	2,78	6,48	34,52	213,53	13,74	
	Сок фруктовый						200	1	-	21	94	21,00	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						30	1,8	0,3	13,35	56,7	1,83	
	Булочка						80	6,7	5,8	54,2	437	-	
	ИТОГО:						620	28,61	24,31	140,81	1044,08	110,80	
Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9													
	Бутерброд с маслом						21,5/10	1,39	7,465	9,708	106,84	14,81	
	Каша пшеничная молочная без						200/5	8,8	6,8	24,6	195	10,68	
	Кофейный напиток без сахара						200	0,6	0,2	3,6	18,2	4,25	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,31	
	Фрукты <i>груша</i>						100	0,4	0,3	10,3	47	63,60	
	ИТОГО:						558	12,48	14,98	57,776	407,68	94,65	
Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9													
	Нарезка из свежих помидоров						100	1,3	0,3	3,4	23,5	32,06	
	Суп-пюре из картофеля с гречками						250/10	4,68	8,01	26,12	193,9	12,83	
	Котлета рубленая из говядины						100	15,55	11,55	15,7	228,75	53,90	
	Капуста тушеная						180	3,33	7,77	41,42	256,23	15,48	
	Сок яблочный без сахара (консервы)						200	1	-	21	94	21,00	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,31	
	ИТОГО:						861,5	27,15	27,845	117,208	837,02	134,58	
	Шеф-повар <i>Я. Я.</i>												

Т.П. Ярошенко