

Меню на «16» декабря 2024 г.

Утверждаю,

Директор МБОУ СОШ №20



О.Б. Трусова
«16» декабря 2024 г.

№ п/п	1-4 классы										5-11 классы								
	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	цена	
завтраки																			
	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	33,00	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	33,00	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	33,00	
Залепанка творожная со сгущенным	100/50	26,9	18,9		285	49,10	100/50	26,9	18,9		285	49,10	100/50	26,9	18,9		285	49,10	
Курица тушеная с соусом	150	9,0	10,5	42	300	8,75	180	10,8	12,6	50,4	360	10,45	180	10,8	12,6	50,4	360	10,45	
Каша гречневая рассыпчатая	200	3	4	29	152	6,42	200	3	4	29	152	6,42	200	3	4	29	152	6,42	
Кофейный напиток	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	50	3,84	0,48	23,94	118	4,08	30	2,3	0,29	14,36	70,8	4,08	
Хлеб пшеничный 1 сорт	100	0,4	0,4	9,8	47	—	100	0,4	0,4	9,8	47	—	100	0,4	0,4	9,8	47	—	
Фрукты	710	51,0	42,3	115,25	1048,98	99,71	760	54,39	44,64	133,23	1156,18	103,04	760	54,39	44,64	133,23	1156,18	103,04	
ИТОГО:																			
завтрак обучающихся с ОВЗ																			
	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	17,7/10/15	1,41	7,78	13,66	130,12	8,88	
Бутерброд с батоном с маслом, повидлом	150/5	5	3	21	130	10,74	200/5	6,7	4	28	173,3	12,90	150/5	5	3	21	130	10,74	
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	200	3	4	29	152	6,42	200	3	4	29	152	6,42	200	3	4	29	152	6,42	
Кофейный напиток	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	
Хлеб пшеничный 1 сорт	80	6,7	5,8	54,2	437	23,76	80	6,7	5,8	54,2	437	23,76	80	6,7	5,8	54,2	437	23,76	
Булочка	507,7	18,4	20,8	132,22	919,92	52,24	557,7	20,11	21,87	139,22	963,22	56,03	507,7	18,4	20,8	132,22	919,92	52,24	
ИТОГО:																			
обеды обучающихся с ОВЗ																			
	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	33,00	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	33,00	70/10	9,45	8,26	20,09	194,18	33,00	
Залепанка творожная со сгущенным	200	5,75	5,21	18,84	145,2	9,61	250	7,19	6,51	23,55	181,5	12,01	200	5,75	5,21	18,84	145,2	9,61	
Суп молочный с макаронными	100	26,9	18,9		285	49,10	100	26,9	18,9		285	49,10	100	26,9	18,9		285	49,10	
Курица тушеная с соусом	150	9,0	10,5	42	300	8,75	180	10,8	12,6	50,4	360	10,45	150	9,0	10,5	42	300	8,75	
Каша гречневая рассыпчатая	200	3	4	29	152	6,42	200	3	4	29	152	6,42	200	3	4	29	152	6,42	
Кофейный напиток	30	2,3	0,29	14,36	70,8	2,44	50	3,84	0,48	23,94	118	4,08	30	2,3	0,29	14,36	70,8	4,08	
Хлеб пшеничный 1 сорт	100	0,4	0,4	9,8	47	—	100	0,4	0,4	9,8	47	—	100	0,4	0,4	9,8	47	—	
Фрукты	860	56,8	47,5	134,09	1194,18	109,32	960	61,58	51,1	156,78	1337,68	115,05	860	56,8	47,5	134,09	1194,18	109,32	
ИТОГО:																			

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко

Меню на « 17 » декабря 20 24 г.



Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
 О.Б. Трусова
 « 16 » декабря 20 24 г.

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	1-4 классы					5-11 классы					
		выход	белки	жиры	углеводы	энергети ческая ценность	цена	выход	белки	жиры	углеводы	энергети ческая ценность
Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9												
	Бутерброд с маслом, <i>сырками</i>						21,5/10	1,39	7,465	9,708	106,84	11,13
	Каша ячневая молочная без сахара со сливочным						200/5	6,7	4	25,01	161,33	11,62
	Кофейный напиток без сахара						200	0,6	0,2	3,6	18,2	5,04
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,55
	Фрукты <i>собираю</i>						100	0,4	0,3	10,3	47	10,85
	ИТОГО:						558	10,38	12,18	58,186	374,01	61,29
Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9												
	Суп картофельный с горохом						250	7,5	5,0	20,0	162,5	6,16
	Курица тушеная с соусом						100/50	26,9	18,9		285	49,10
	Каша гречневая рассыпчатая						180	10,8	12,6	50,4	360	10,45
	Кофейный напиток без сахара						200	0,6	0,2	3,6	18,2	5,04
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)						21,5	1,29	0,215	9,568	40,64	1,55
	Фрукты <i>собираю</i>						100	0,4	0,4	9,8	47	10,85
	ИТОГО:						901,5	47,49	37,315	93,368	913,34	93,15
	Шеф-повар											

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко