

Меню на « 4 » 20 24 г.

Утверждено

Директор

МБОУ СОШ №20

МБОУ СОШ №20

МБОУ СОШ №20



О.Б.Грусова

« 3 » 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

завтраки

Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,43	40,38	13,15	100	0,76	6,09	2,38	67,3	11,90
Плов из мяса курицы	260	24,1	20,2	42,49	448,81	60,79	260	24,17	20,24	42,49	448,81	60,79
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	12,46	15	3,45	4,35		54,3	12,46
ИТОГО:	565	31,3	28,5	92,28	730,29	95,84	625	33,22	31,16	102,81	804,41	106,22

завтрак обучающихся с ОВЗ

Бутерброд с батоном с маслом, сыром	17,7/10/15	5,33	11,5	9,17	161,57	19,17	17,7/10/15	5,33	11,53	9,17	161,57	19,17
Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	150/5	6,6	5,1	18,45	146,25	19,11	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	19,00	100	2,5	1,2	16	85	19,00
ИТОГО:	527,7	16,9	18,1	72,98	521,62	62,35	577,7	19,13	19,82	79,13	570,37	64,28

обеда обучающихся с ОВЗ

Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,43	40,38	13,15	100	0,76	6,09	2,38	67,3	11,90
Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	1,4	3,91	6,79	67,8	6,30	250/5	1,75	4,89	8,49	84,75	7,65
Плов из мяса курицы	260	24,1	20,2	42,49	448,81	60,79	260	24,17	20,2	42,49	448,81	60,79
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	12,46	15	3,45	4,35		54,3	12,46
ИТОГО:	770	32,7	32,4	99,07	798,09	102,14	880	34,97	36,0	111,3	889,16	113,87

Шеф-повар

Т.П. Ярошенко

Т.П. Ярошенко