

Меню на « 26 » ноября 2024 г.

Утверждено

Директор МБОУ СОШ №20

О.Б. Трусова

«15» ноября 2024 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 | | | | | | | | | | | | | |
| | Запеканка творожная со стуженным | 70/10 | 9,45 | 8,26 | 20,09 | 194,18 | 30,51 | 70/10 | 9,45 | 8,26 | 20,09 | 194,18 | 30,51 |
| | Кура запеченная | 100 | 26,0 | 11 | - | 204,0 | 38,08 | 100 | 26,0 | 11,0 | - | 204 | 38,08 |
| | Рис припущенный | 150 | 3,0 | 9,0 | 36 | 241,5 | 9,83 | 180 | 3,6 | 10,8 | 43,2 | 289,8 | 11,82 |
| | Соус томатный | 50 | 4,95 | 2,5 | 5,05 | 61,55 | 2,49 | 50 | 4,95 | 2,5 | 5,05 | 61,55 | 2,49 |
| | Кофейный напиток | 200 | 3 | 4 | 29 | 152 | 5,88 | 200 | 3 | 4 | 29 | 152 | 5,88 |
| | Хлеб пшеничный I сорт | 30 | 2,3 | 0,29 | 14,36 | 70,8 | 2,44 | 50 | 3,84 | 0,48 | 23,94 | 118 | 4,08 |
| | Фрукты <i>соебано</i> | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 3,44 | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 3,44 |
| | ИТОГО: | 710 | 49,1 | 84,5 | 114,3 | 971,03 | 119,43 | 760 | 51,24 | 37,44 | 131,08 | 1066,53 | 123,05 |
| завтрак обучающихся с ОБЗ | | | | | | | | | | | | | |
| | Бутерброд с батонем с маслом, <i>новое</i> | 17,7/1 | 1,41 | 7,78 | 13,66 | 130,12 | 8,88 | 17,7/1 | 1,41 | 7,78 | 13,66 | 130,12 | 8,88 |
| | Каша пшеничная молочная со | 150/5 | 6,6 | 5,1 | 18,45 | 146,25 | 10,11 | 200/5 | 8,8 | 6,8 | 24,6 | 195 | 12,04 |
| | Кофейный напиток | 200 | 3 | 4 | 29 | 152 | 5,88 | 200 | 3 | 4 | 29 | 152 | 5,88 |
| | Хлеб пшеничный I сорт | 30 | 2,3 | 0,29 | 14,36 | 70,8 | 2,44 | 30 | 2,3 | 0,29 | 14,36 | 70,8 | 2,44 |
| | Булочка | 80 | 6,7 | 5,8 | 54,2 | 437 | 23,86 | 80 | 6,7 | 5,8 | 54,2 | 437 | 23,86 |
| | ИТОГО: | 507,7 | 20,01 | 22,9 | 129,67 | 936,17 | 50,96 | 557,7 | 22,21 | 24,67 | 135,82 | 984,92 | 52,89 |
| обеда обучающихся с ОБЗ | | | | | | | | | | | | | |
| | Запеканка творожная со стуженным | 70/10 | 9,45 | 8,26 | 20,09 | 194,18 | 30,51 | 70/10 | 9,45 | 8,26 | 20,09 | 194,18 | 30,51 |
| | Суп молочный с макаронными | 200 | 5,75 | 5,21 | 18,84 | 145,2 | 8,31 | 250 | 7,19 | 6,51 | 23,55 | 181,5 | 10,39 |
| | Курица запеченная | 100 | 26,0 | 11 | - | 204,0 | 38,08 | 100 | 26,0 | 11,0 | - | 204 | 38,08 |
| | Рис припущенный | 150 | 3,0 | 9,0 | 36 | 241,5 | 9,83 | 180 | 3,6 | 10,8 | 43,2 | 289,8 | 11,82 |
| | Соус томатный | 50 | 4,95 | 2,5 | 5,05 | 61,55 | 2,49 | 50 | 4,95 | 2,5 | 5,05 | 61,55 | 2,49 |
| | Кофейный напиток | 200 | 3 | 4 | 29 | 152 | 5,88 | 200 | 3 | 4 | 29 | 152 | 5,88 |
| | Хлеб пшеничный I сорт | 30 | 2,3 | 0,29 | 14,36 | 70,8 | 2,44 | 50 | 3,84 | 0,48 | 23,94 | 118 | 4,08 |
| | Фрукты <i>соебано</i> | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 3,44 | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 3,44 |
| | ИТОГО: | 910 | 54,85 | 40,6 | 133,14 | 1116,23 | 128,84 | 1010 | 58,43 | 43,9 | 154,63 | 1248,03 | 133,44 |

Шеф-повар

А. Вр

Т.П. Ярошенко

Меню на « 16 » *ноября* 20*24* г.

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №20
[подпись] О.Б. Трусова
 « 15 » *ноября* 20*24* г.

| № п/п | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | 1-4 классы | | | | 5-11 классы | | | | энергетическая ценность | цена | | | |
|----------|--------------------------------------|------------|-------|------|----------|-------------|------|----------|-------------------------|-------------------------|-------|--------|--------|-------|
| | | выход | белки | жиры | углеводы | белки | жиры | углеводы | энергетическая ценность | | | | | |
| | Бутиерброд с маслом , <i>сладкий</i> | | | | | | | | 21,5/10 | 1,39 | 7,465 | 9,708 | 106,84 | 12,53 |
| | Каша пшеничная молочная без сахара | | | | | | | | 200/5 | 8,8 | 6,8 | 24,6 | 195 | 11,76 |
| | Кофейный напиток без сахара | | | | | | | | 200 | 0,6 | 0,2 | 3,6 | 18,2 | 4,39 |
| | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | | | | | | | | 21,5 | 1,29 | 0,215 | 9,568 | 40,64 | 1,55 |
| | Фрукты <i>сдобного</i> | | | | | | | | 100 | 0,4 | 0,3 | 10,3 | 47 | 31,44 |
| | ИТОГО: | | | | | | | | 558 | 12,48 | 14,98 | 57,776 | 407,68 | 71,64 |

Завтрак обучающихся с ОВЗ Диета №9

Обед обучающихся с ОВЗ Диета №9

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--|-------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|-------|-------|--------|--------|--------|-------|
| | Суп овсяный с овощами | | | | | | | | 250 | 2 | 3,2 | 11,5 | 82 | 6,10 |
| | Кура запеченная | | | | | | | | 100 | 26,0 | 11,0 | - | 204 | 37,08 |
| | Рис припущенный | | | | | | | | 180 | 3,6 | 10,8 | 43,2 | 289,8 | 11,72 |
| | Соус томатный | | | | | | | | 50 | 4,95 | 2,5 | 5,05 | 61,55 | 2,49 |
| | Кофейный напиток без сахара | | | | | | | | 200 | 0,6 | 0,2 | 3,6 | 18,2 | 4,39 |
| | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | | | | | | | | 21,5 | 1,29 | 0,215 | 9,568 | 40,64 | 1,55 |
| | Фрукты <i>сдобного</i> | | | | | | | | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 31,44 |
| | ИТОГО: | | | | | | | | 901,5 | 38,84 | 28,315 | 82,718 | 743,19 | 94,74 |

Шеф-повар *Я.Я.*

Т.П. Ярошенко