

*****:

шк. №30



утверждаю Директор
Суркова И.В.

МЕНЮ

20 апреля

№ п/п	Наименование блюда	Вес грамм (кол-во)	Питательность блюда			ккал
			белки	жиры	углеводы	

С 5 по 11 класс

1	Плов из отварной свинины	200	14,45	32,31	21,25	428,28
2	Зелёный горошек с яйцом	60	3,05	3,45	3,35	59,5
3	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
4	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
5	Чай с лимоном	200	0,1	0	15,2	61
6						
7		520	21,86	36,36	64,58	671,48

С 5 по 11 класс ОБЗ завтрак

1	Омлет натуральный	150	12,93	20,07	3,46	244,62
2	Какао с молоком (1-й вариант)	200	3,60	3,30	25,00	144
3	Сыр твердый порциями	15	3,90	3,98	0,52	53,34
4	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6
5	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8
6		405,00	22,73	36,47	44,48	595,36
7						

С 5 по 11 класс ОБЗ обед

1	Плов из отварной свинины	200	14,45	32,31	21,25	428,28
2	Зелёный горошек с яйцом	60	3,05	3,45	3,35	59,5
3	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
4	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
5	Чай с лимоном	200	0,1	0	15,2	61
6	Суп-пюре из овощей	250	2,92	5,02	13,30	110,25
7						
		770	24,73	41,38	77,88	781,73
	Итого ОБЗ	1290,00	44,21	60,61	108,90	1204,17

Зав. пр.

Б

Киселева

шк. №30



утверждаю Директор
Суркова И.В.

МЕНЮ

10 апреля

№ п/п	Наименование блюда	Вес грамм (кол-во)	Питательность блюда			ккал
			белки	жиры	углеводы	

1-4 класс

1	Плов из отварной свинины	150	10,84	24,23	15,94	321,21
2	Зелёный горошек с яйцом	60	3,05	3,45	3,35	59,5
3	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
4	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
5	Чай с сахаром с лимоном	200	0,10	0,00	15,00	60
6						
7		470,00	18,25	28,28	59,07	563,41

ОВЗ с 1 по 4 класс завтрак

1	Омлет натуральный	150	12,93	20,07	3,46	244,62
2	Какао с молоком (1-й вариант)	200	3,60	3,30	25,00	144
3	Сыр твердый порциями	15	3,90	3,98	0,52	53,34
4	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6
5		395,00	22,68	28,22	44,40	520,56
6						
7						

ОВЗ с 1 по 4 класс обед

1	Плов из отварной свинины	150	10,84	24,23	15,94	321,21
2	Зелёный горошек с яйцом	60	3,05	3,45	3,35	59,5
3	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
4	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
5	Чай с лимоном	200	0,1	0	15,2	61
6	Суп-пюре из овощей	200	2,33	4,02	10,64	88,2
7						
	итого	670	20,58	32,30	69,91	652,61
	итого ОВЗ	910,00	41,22	48,87	104,96	942,32

Заведующий производством:

Клевакина Н.В.