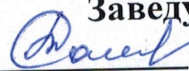


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА с. Окунёво»
Мелёхинская средняя общеобразовательная школа**

д.38, ул. Ленина, с. Мелёхино, Бердюжский район, Тюменская обл., 627451,
т/ф (34554)33131/(34554)33131/ melehino_srednya@mail.ru

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий филиалом
 **Ташланова С.Ю.**

МЕНЮ

10 день

на 13.10.2020г

Возрастная категория: с 7-11 лет

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Завтрак						
Огурцы солёные без уксуса	0,6	0,1	1,3	8	100	9.41
Котлета рыбная	11,3	6,5	15,6	166	100	21.84
Картофельное пюре	3,9	5,9	26,7	176	200	8.97
Чай с сахаром	0,5	0,2	22,0	92	200	0,72
Вафли Обожайка	0,1	0,0	21,0	84	50	9,50
Хлеб пшеничный	1,5	0,2	9,8	47	20	0.78
Хлеб ржаной	2,6	0,5	13,4	70	20	0.78
Йогурт Нежный					200	28.00
Итого:	25,2	21,9	132,5	829,8		80.00

Возрастная категория: с 11 лет и старше

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Огурцы солёные без уксуса	0,4	3,0	7,7	59	130	12.24
Котлета рыбная	11,3	6,5	15,6	166	100	25.86
Картофельное пюре	3,9	5,9	26,7	176	180	8.97
Чай с сахаром	0,5	0,2	22,0	92	200	0,72
Печенье «Ваш Юбилей»	0,1	0,0	21,0	84	65	5,98
Хлеб пшеничный	1,5	0,2	9,8	47	40	1.56
Хлеб ржаной	2,6	0,5	13,4	70	30	1.17
Йогурт Нежный					100	14.00
Вафли Обожайка					50	9,50
Итого:	25,2	21,9	132,5	829,8		80.0

Возрастная категория: с 11 лет и старше

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Завтрак						
Огурцы солёные без уксуса	0,4	3,0	7,7	59	130	12.24
Котлета рыбная	11,3	6,5	15,6	166	100	25.86
Картофельное пюре	3,9	5,9	26,7	176	180	8.97
Чай с сахаром	0,5	0,2	22,0	92	200	0,72
Печенье К кофе в инд. упаковке	0,1	0,0	21,0	84	50	9,50
Хлеб пшеничный	1,5	0,2	9,8	47	40	1.56
Хлеб ржаной	2,6	0,5	13,4	70	30	1.17
Итого:	25,2	21,9	132,5	829,8		60,02

Возрастная категория: с 7-11 лет

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Каша «Геркулесовая» жидкая с маслом	8,4	8,2	35,0	247	200/5	11.46
Бутерброд с ДЖЕМОМ	1,6	0,2	25,8	111	20/20	4.01
Чай с сахаром	0,1	0,0	15,2	61	200	0,72
Йогурт Нежный в инд упаковке	4,1	6,8	11,0	122	200	28,00
Хлеб пшеничный	1,5	0,2	9,8	47	20	0.78
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	15	0.59
Итого:	16,7	15,5	101,9	614,7		45,56

Возрастная категория: с 7-11 лет ОВЗ

Завтрак (дневной ОВЗ)						
Салат из белокочанной капусты	0,4	3,0	7,7	59	80	3,89
Рассольник Ленинградский с мясом, со сметаной	4,9	5,7	16,3	136	250/10/5	21,38
Котлета рыбная	11,3	6,5	15,6	166	100	22,37
Картофельное пюре	3,9	5,9	26,7	176	180	8.97
Сок Мой	0,5	0,2	22,0	92	200	14.50
Конфеты «В гостях у сказки»	0,1	0,0	21,0	84	100	32.00
Хлеб пшеничный	1,5	0,2	9,8	47	50	1,95
Хлеб ржаной	2,6	0,5	13,4	70	38	1,48
Йогурт Нежный					200	28.00
Вафли Обожайка					50	9,50
Итого:	25,2	21,9	132,5	829,8		144,04

Возрастная категория: с 11 лет и старше ОВЗ

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Каша «Геркулесовая» жидкая с маслом	8,4	8,2	35,0	247	200/5	11,46
Бутерброд с ДЖЕМОМ	1,6	0,2	25,8	111	20/30	5,63
Чай с сахаром	0,1	0,0	15,2	61	200	0,72
Йогурт Нежный	4,1	6,8	11,0	122	200	28,00
Хлеб пшеничный	1,5	0,2	9,8	47	40	1,56
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	28	1,09
Итого:	16,7	15,5	101,9	614,7		48,46

Возрастная категория: с 11 лет и старше ОВЗ

Завтрак (дневной ОВЗ)						
Салат из белокочанной капусты	0,4	3,0	7,7	59	80	4,89
Рассольник Ленинградский с мясом, со сметаной	4,9	5,7	16,3	136	250/10/5	21,41
Котлета рыбная	11,3	6,5	15,6	166	100	27,08
Картофельное пюре	3,9	5,9	26,7	176	180	8,97
Сок Мой	0,5	0,2	22,0	92	200	14,50
Конфеты «В гостях у сказки»	0,1	0,0	21,0	84	100	32,00
Хлеб пшеничный	1,5	0,2	9,8	47	60	2,34
Хлеб ржаной	2,6	0,5	13,4	70	50	1,95
Йогурт Нежный					200	28,00
Итого:	25,2	21,9	132,5	829,8		141,14

Повар



Елхова А.А