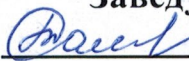


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА с. Окунёво»
Мелёхинская средняя общеобразовательная школа**

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

2 день

на 15.10.2020г

Возрастная категория с7-11 лет

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Бутерброд горячий с сыром	4,3	7,9	13,5	142	30/10/6	9,54
Омлет натуральный с овощами свежими на подгарнировку, с маслом	18,9	22,8	3,5	295	200	33,70
Какао с молоком	3,5	4,0	18,6	124	200	5,20
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	20	0,78
Хлеб пшеничный					20	0,78
Йогурт в индивидуальной упаковке «Нежный»					100	14,00
Конфеты В гостях у сказки					50	16,00
Итого	27,7	34,9	40,6	588		80,00

Возрастная категория с 11 лет и старше

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Бутерброд горячий с сыром	4,3	7,9	13,5	142	30/10/6	9,54
Омлет натуральный с овощами свежими на подгарнировку, с маслом	18,9	22,8	3,5	295	200	33,70
Какао с молоком	3,5	4,0	18,6	124	200	5,20
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	30	1,17
Хлеб пшеничный	2,3	0,2	14,8	71	30	1,17
Итого:	27,7	34,9	40,6	588		50,78

Возрастная категория с 11 лет и старше

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Бутерброд горячий с сыром	4,3	7,9	13,5	142	30/10/9	9,54
Омлет натуральный с овощами свежими на поджаривание, с маслом	18,9	22,8	3,5	295	200	33,70
Какао с молоком	3,5	4,0	18,6	124	200	5,20
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	40	1,56
Йогурт в индивидуальной упаковке «Нежный»					100	14,00
Конфеты В гостях у сказки					50	16,00
Итого	27,7	34,9	40,6	588		80,00

Возрастная категория с7-11 лет ОВЗ

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Завтрак						
Бутерброд горячий с сыром	4,3	7,9	13,5	142	20/10/9	11,88
Омлет натуральный с овощами свежими на поджаривание, с маслом	18,9	22,8	3,5	295	200	33,69
Какао с молоком	3,5	4,0	18,6	124	200	5,20
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	30	1,17
Хлеб пшеничный	2,3	0,2	14,8	71	30	1,17
Итого:	27,7	34,9	40,6	588		53,11

Возрастная категория с7-11 лет ОВЗ

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Завтрак						
Икра кабачковая	2,0	2,9	15,0	94	100	6,40
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	5,9	5,7	15,2	136	250/10/5	19,69
Колбасные изделия отварные с маслом	8,5	10,3	0,4	128	100/5	44,21
Рис припущенный с овощами	3,2	3,8	37,0	195	180	13,75
Компот из сухофруктов +вит С	0,5	0,0	25,0	102	200	2,17
Хлеб пшеничный	4,6	0,5	29,5	141	50	1,95
Хлеб ржаной	3,3	0,6	16,7	87	47	1,84
апельсин					208	25,58
Сок «Мой»					200	14,50
Конфеты В гостях у сказки					20	6,40
Итого:	59	64	219	1688		136,49

Возрастная категория с 11 лет и старше ОВЗ

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Завтрак						
Бутерброд горячий с сыром	5,3	12,5	13,5	188	55	15,38
Омлет натуральный с овощами свежими на подгарнировку, с маслом	18,9	22,8	3,5	295	200	33,69
Какао с молоком	3,5	4,0	18,6	124	200	5,20
Хлеб ржаной	1,3	0,2	6,7	35	30	1,17
Хлеб пшеничный	2,3	0,2	14,8	71	30	1,17
Итого	31,3	39,8	57,0	712,0		56,61

Возрастная категория с 11 лет и старше ОВЗ

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Завтрак						
Икра кабачковая	2,0	2,9	15,0	94	100	6,40
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	5,9	5,7	15,2	136	250/10/5	20,96
Колбасные изделия отварные с маслом	8,5	10,3	0,4	128	100/5	44,26
Рис припущенный с овощами	3,2	3,8	37,0	195	180	14,83
Компот из сухофруктов +вит С	0,5	0,0	25,0	102	200	2,17
Хлеб ржаной	0,1	0,0	23,0	92	50	1,95
Хлеб пшеничный	3,3	0,6	16,7	87	60	2,34
Апельсин					208	25,58
Сок «Мой»					200	14,50
Итого:	59	64	219	1688		132,99

Повар



Елхова А.А