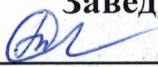


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА с. Окунёво»
Мелёхинская средняя общеобразовательная школа**

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

6 день

на 21.10.2020г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Огурцы солёные	0,6	0,1	1,3	8	85	3,91
Жаркое по - домашнему	14,9	14,1	29,2	303	250	33,34
Сок в ассортименте	0,5	0,2	22,0	92	200	14,50
Хлеб пшеничный	3,0	0,3	19,7	94	40	1,56
Хлеб ржаной	2,0	0,4	10,0	52	20,7	0,81
Апельсин					170	20,91
Печенье					54	4,97
Итого						80,00

Возрастная категория старше 11 лет

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Огурцы солёные	0,6	0,1	1,3	8	137	6,30
Жаркое по - домашнему	14,9	14,1	29,2	303	250	33,34
Сок в ассортименте	0,5	0,2	22,0	92	200	14,50
Хлеб пшеничный	3,0	0,3	19,7	94	40	1,56
Хлеб ржаной	2,0	0,4	10,0	52	20	0,78
Апельсин					170	20,91
Итого						77,39

Возрастная старше 11 лет категория

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Огурцы солёные	0,6	0,1	1,3	8	137	6,30
Жаркое по - домашнему	14,9	14,1	29,2	303	250	33,34
Сок в ассортименте	0,5	0,2	22,0	92	200	14,50
Хлеб пшеничный	3,0	0,3	19,7	94	40	1,56
Хлеб ржаной	2,0	0,4	10,0	52	20,7	0,81
Апельсин					170	20,91
Печенье Ваш юбилей					28	2,58
Итого						80,00

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Запеканка из творога со сгущенкой	17,7	14,3	33,6	334	150	41,71
Бутерброд с маслом	1,6	8,7	9,8	124	20/10	6,03
Какао с молоком	3,5	4,0	18,6	124	200	8,30
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	20	0,78
Вафли мягкие с начинкой					40	11,39
						70,03

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Огурцы солёные	0,6	0,1	1,3	85	85	3,91
Суп-пюре из гороха с гречками	6,1	5,2	20,3	152	250/10	6,03
Жаркое по - домашнему	14,9	14,1	29,2	303	250	33,34
Сок в ассортименте	0,5	0,2	22,0	92	200	14,50
Хлеб пшеничный	3,0	0,3	19,7	94	60	2,34
Хлеб ржаной	2,0	0,4	10,0	52	55	2,15
Апельсин					170	20,91
Конфеты «В гостях у сказки»					100	30,50
Печенье Ваш юбилей					64	5,89
Итого						119,57

Возрастная старше 11 лет категория

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Запеканка из творога со сгущенкой	17,7	14,3	33,6	334	150	55,22
Бутерброд с маслом	1,6	8,7	9,8	124	20/10	6,03
Какао с молоком	3,5	4,0	18,6	124	200	8,30
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	20	0,78
Печенье Ваш юбилей					32	2,94
						73,27

Возрастная старше 11 лет категория

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Огурцы солёные	0,6	0,1	1,3	8	138	6,35
Суп-пюре из гороха с гречками	6,1	5,2	20,3	152	250/10	6,05
Жаркое по - домашнему	14,9	14,1	29,2	303	250	33,34
Сок в ассортименте	0,5	0,2	22,0	92	200	14,50
Хлеб пшеничный	3,0	0,3	19,7	94	60	2,34
Хлеб ржаной	2,0	0,4	10,0	52	60	2,34
Апельсин					170	20,91
Конфеты «В гостях у сказки»					100	30,50
Итого						116,33

Повар



Елхова А.А.