

**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 17.09.2020г

Возрастная категория с7-11 лет

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
<i>Горячий завтрак</i>						
Бутерброд горячий с сыром	4,3	7,9	13,5	142	30/10/9	9.93
Омлет натуральный с овощами свежими на подгарнировку, с маслом	18,9	22,8	3,5	295	200	21.67
Какао с молоком	3,5	4,0	18,6	124	200	7,84
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	20	0,78
Йогурт в индивидуальной упаковке «Нежный»					200	28.00
Печенье Чоко-Пай					28	9,46
Печенье Чайное					28	2,32
<i>Итого</i>	<i>27,7</i>	<i>34,9</i>	<i>40,6</i>	<i>588</i>		<i>80,00</i>

Возрастная категория с 11 лет и старше

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
<i>Горячий завтрак</i>						
Бутерброд горячий с сыром	4,3	7,9	13,5	142	30/10/9	9.93
Омлет натуральный с овощами свежими на подгарнировку, с маслом	18,9	22,8	3,5	295	200	21.67
Какао с молоком	3,5	4,0	18,6	124	200	7,84
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	30	1.17
Хлеб пшеничный					30	1.17
<i>Итого:</i>	<i>27,7</i>	<i>34,9</i>	<i>40,6</i>	<i>588</i>		<i>42.95</i>

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	9.93
Омлет натуральный с овощами свежими на поджаривание, с маслом	18,9	22,8	3,5	295	200	21.67
Какао с молоком	3,5	4,0	18,6	124	200	7,84
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	30	1.17
					30	1.17
Йогурт в индивидуальной упаковке «Нежный»					200	28.00
Печенье Чоко-Пай					28	9,46
Печенье Чайное					9	0.76
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	30/10/9	9.93
Омлет натуральный с овощами свежими на поджаривание, с маслом	18,9	22,8	3,5	295	200	21.67
Какао с молоком	3,5	4,0	18,6	124	200	7,84
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		41.78

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	18,27
Колбасные изделия отварные с маслом	8,5	10,3	0,4	128	100/5	19.28
Рис припущенный с овощами	3,2	3,8	37,0	195	180	13.94
Компот из сухофруктов +вит С	0,5	0,0	25,0	102	200	2.17
Фрукт груша	0,1	0,0	23,0	92	135	27.96
Хлеб пшеничный	4,6	0,5	29,5	141	50	1,95
Хлеб ржаной	3,3	0,6	16,7	87	15	0.59
Йогурт в индивидуальной упаковке «Нежный»					200	28.00
Сок «Мой»					200	14.50
Печенье Чоко-Пай					28	9,46
Печенье Чайное					44	3.72
Итого:	59	64	219	1688		147.82

Возрастная категория с 11 лет и старше ОВЗ

<i>Завтрак</i>						
Бутерброд горячий с сыром	5,3	12,5	13,5	188	55	28.63
Омлет натуральный с овощами свежими на подгарнировку, с маслом	18,9	22,8	3,5	295	200	21.67
Какао с молоком	3,5	4,0	18,6	124	200	7,84
Хлеб ржаной	1,3	0,2	6,7	35	30	1.17
Хлеб пшеничный	2,3	0,2	14,8	71	30	1.17
Печенье Чайное					13	1.10
<i>Итого</i>	31,3	39,8	57,0	712,0		61.58

Возрастная категория с 11 лет и старше ОВЗ

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
<i>Завтрак</i>						
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	18,27
Колбасные изделия отварные с маслом	8,5	10,3	0,4	128	100/5	19.28
Рис припущенный с овощами	3,2	3,8	37,0	195	180	16.73
Компот из сухофруктов +вит С	0,5	0,0	25,0	102	200	2.17
Фрукт груша	0,1	0,0	23,0	92	135	27.96
Хлеб пшеничный	4,6	0,5	29,5	141	50	1,95
Хлеб ржаной	3,3	0,6	16,7	87	15	0.59
Йогурт в индивидуальной упаковке «Нежный»					200	28.00
Печенье Чайное					80	6.67
<i>Итого:</i>	59	64	219	1688		128.02

Повар



Елхова А.А