

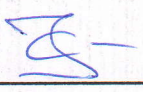
Утверждаю



Заведующий Филиалом
МАОУ СОШ с.Окунёво
Зарословская СОШ
/Суланова С.Ю./

МЕНЮ
на 11 сентября 2020 г.
для детей с 11 лет и старше

Наименование блюد	Выход,г.	Белки,г.	Жиры,	Углеводы,	ЭЦккал	Цена
Завтрак						
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/10	5,2	7,9	9,8	131	8,74
Ватрушка царская с молоком сгущенным	200/20	18,6	11,3	38,0	328	47,13
Кофейный напиток	200	2,2	1,9	17,0	94	3,14
Йогурт питьевой	256	3,9	1,8	11,0	76	19,85
Хлеб ржаной	26	1,3	0,2	6,7	35	1,14
Итого						80,00

Завхоз  /Коптяева Л.Н./



Утверждаю
Заведующий Филиалом
МАОУ СОШ с.Окунёво
Зарословская СОШ
/Суланова С.Ю./

МЕНЮ
на 11 сентября 2020 г.
для детей с 7 до 11 лет

Наименование блюد	Выход,г.	Белки,г	Жиры,	Углеводы,	ЭЦккал	Цена
Завтрак						
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/10	5,2	7,9	9,8	131	7,35
Ватрушка царская с молоком сгущенным	200/20	14,5	10,0	32,5	278	50,48
Кофейный напиток	200	2,2	1,9	17,0	94	3,12
Йогурт питьевой	209	3,9	1,8	11,0	76	16,24
Хлеб ржаной	28	1,3	0,2	6,7	35	1,21
Итого						80,00

Завхоз /Коптяева Л.Н./



Утверждаю:

Суланова

С.Ю.

сентября

г.

Меню для детей с овз на 11 сентября 2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		27,3	21,3	71,5	587,9	106,40
Бутерброд с сыром и маслом	20/5/10	5,2	7,9	9,8	131	7,16
Ватрушка царска с молоком сгущенным	200/20	18,6	11,3	38,0	328	91,14
Кофейный напиток	200	2,2	1,9	17	94	7,08
Хлеб ржаной	20	21,3	0,2	6,7	35	1,02
Обед		31,9	27,0	135,0	914	83,20
Салат из моркови с огурцами	80	1,3	5,0	10,8	94	14,33
Борщ с капустой и картофелем, с курицей со	250/10/5	5,9	5,7	15,2	136	16,27
Биточки рыбные	120	12,9	7,7	15,1	181	30,18
Картофель отварной с маслом	200	3,9	7,3	29,1	197	12,20
Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	22,8	97	5,34
Хлеб пшеничный	40	4,6	0,5	29,5	141	2,01
Хлеб ржаной	68	2,6	0,5	13,4	68	2,87
ИТОГО:						189,60

Ответственный за питание

Коптяева Л.Н.

Утверждаю:



Суланова С.

Ю.

10 сентября

2020 г

Меню для детей с овз на 11 сентября 2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		24,2	20,2	71,0	563,9	103,91
Бутерброд с сыром и маслом	200/510	5,2	7,9	9,8	131	10,08
Ватрушка царская с молоком сгущенным	200	14,5	10,0	32,5	278	85,47
Кофейный напиток	200	2,2	1,9	17	94	6,87
Хлеб ржаной	35	2,3	0,4	11,7	61	1,49
Обед		29,2	23,9	118,2	806	85,69
Салат из моркови с огурцами	80	1,1	4,0	8,7	75	13,77
Борщ с капустой и картофелем, с курицо	250/10/5	5,9	5,7	15,2	136	19,50
Биточки рыбные	120	12,9	7,7	15,1	181	30,36
Картофель отварной с маслом	150	2,9	5,5	21,8	148	12,74
Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	22,8	97	5,34
Хлеб пшеничный	38	3,8	0,4	24,6	118	1,93
Хлеб ржаной	48	2,0	0,4	10,0	52	2,05
ИТОГО:						189,60

Ответственный за питание.

Коптяева Л.Н.

Комплекс 1
Меню на 11.09.20
для детей начальных классов

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Салат из свеклы с зеленым горошком	1,7	5,0	7,3	81	100	8,73
Плов из говядины	16,8	13,0	36,5	330	200	32,57
Компот из сухофруктов + вит С	0,5	0,0	25,0	102	200	1,77
Печенье в индивидуальной упаковке «К кофе»	2,3	0,2	14,8	71	50	8,50
Хлеб ржаной	2,0	0,4	10,0	52	30	1,17
Пирожное «Барни»						17,80
Чоко-Пай						9,46
Итого:	44,7	43,6	204,7	1391,2		80,00

Комплекс 2
Меню на 11.09.20
для детей с 11 и старше

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Салат из свеклы с зеленым горошком	1,7	5,0	7,3	81	100	8,73
Плов из говядины	16,8	13,0	36,5	330	250	34,48
Компот из сухофруктов + вит С	0,5	0,0	25,0	102	200	1,77
Печенье в индивидуальной упаковке «К кофе»	2,3	0,2	14,8	71	50	8,50
Хлеб ржаной	2,0	0,4	10,0	52	30	1,17
Итого:	44,7	43,6	204,7	1391,2		54,65

Комплекс 3
Меню на 11.09.20
для детей с 11 и старше

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Салат из свеклы с зеленым горошком	1,7	5,0	7,3	81	100	8,73
Плов из говядины	16,8	13,0	36,5	330	250	34,48
Компот из сухофруктов + вит С	0,5	0,0	25,0	102	250	1,77
Печенье в индивидуальной упаковке «К кофе»	2,3	0,2	14,8	71	50	8,50
Хлеб ржаной	2,0	0,4	10,0	52	30	1,17
Пирожное «Барни»						17,80
Печенье «Чайное»					89	7,55
Итого:	44,7	43,6	204,7	1391,2		80,00

Комплекс 4
Меню на 11.09.20
для детей с 7 до 10 лет ОВЗ

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Каша манная молочная жидкая с маслом	6,9	7,1	28,0	204	200/5	11.78
Бутерброд с маслом	1,6	8,7	9,8	124	20/10	6.03
Чай с молоком	4,2	3,5	19,5	126	200	8.89
Печенье в индивидуальной упаковке «К кофе»	2,3	0,2	14,8	71	50	8.50
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	20	0,78
Итого	15	21	90	605		35.98

Комплекс 5
Меню на 11.09.20
для детей с 7 до 10 лет ОВЗ

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Салат из свеклы с зеленым горошком	1,7	5,0	7,3	81	100	8.73
Суп с курицей	6,6	4,2	21,5	150	250/10	10.28
Плов из говядины	16,8	13,0	36,5	330	200	32.57
Компот из сухофруктов + вит С	0,5	0,0	25,0	102	200	1.77
Хлеб пшеничный	2,3	0,2	14,8	71	30	1,17
Хлеб ржаной	2,0	0,4	10,0	52	30	1.17
Пирожное «Барни»					20	17.80
Сок Мой»					200	14.50
Фрукт апельсин					327	40.18
Йогурт «Нежный»					100	14.00
Пирожное Чоко -Пай					28	9.46
Печенье «Чайное»					23	1.99
Итого:	44,7	43,6	204,7	1391,2		153.62

Комплекс 6
Меню на 11.09.20
для детей с 11 и старше ОВЗ

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Каша манная молочная жидкая с маслом	6,9	7,1	28,0	204	200/5	11.78
Бутерброд с маслом	1,6	8,7	9,8	124	20/10	6.03
Чай с молоком	4,2	3,5	19,5	126	200	8.89
Печенье в индивидуальной упаковке «К кофе»	2,3	0,2	14,8	71	50	8.50
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	15	0,78
Итого	15	21	90	605		35.98

Комплекс 7
Меню на 11.09.20
для детей с 11 и старше ОВЗ

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Салат из свеклы с зеленым горошком	1,7	5,0	7,3	81	100	8.73
Суп с курицей	6,6	4,2	21,5	150	250/10	10.28
Плов из говядины	16,8	13,0	36,5	330	250	34.56
Компот из сухофруктов + вит С	0,5	0,0	25,0	102	200	1.77
Хлеб пшеничный	2,3	0,2	14,8	71	30	1.17
Хлеб ржаной	2,0	0,4	10,0	52	30	1.17
Пирожное «Барни»					20	17.80
Сок Мой»					200	14.50
Фрукт апельсин					327	40.18
Йогурт «Нежный»					100	14.00
Пирожное Чоко -Пай					28	9.46
Итого:	44,7	43,6	204,7	1391,2		153.62

Повар

Елхова А.А.

Завхоз

Филиппова Т.Н

МАОУ « Средняя общеобразовательная школа с.Окунево»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы

Кукушкина Н.П.



8-д

МЕНЮ
На 11.09.2020г

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	к/кал	цена
-------------------	-------	---	---	---	-------	------

Завтрак

Бутерброд с маслом и сыром	20/5/10	5,2	7,9	9,8	131	10,01
Ватрушка «Царская» с молоком сгущенным	200	14,5	10,0	32,5	278	45,32
Кофейный напиток	200	2,2	1,9	17,0	94	3,60
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	35	11,63
Биойогурт питьевой Черника	150	3,9	1,8	11,0	76	11,63
яблоко	100	0,1	0,0	23,0	92	8,66
Итого:						
Всего:						80,00

ПОВАР:

Павлова Т.В.

МАОУ «Средняя общеобразовательная школа с.Окунево»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

Кукушкина Н.П.



МЕНЮ

с 11 л

На 11.09.2020г

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	к/кал	цена
-------------------	-------	---	---	---	-------	------

ЗАВТРАК

Ватрушка царская со сгущённым молоком	200/20	18,6	11,3	38,0	328	50,61
Кофейный напиток	200	2,2	1,9	17,0	94	3,60
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/10	5,2	7,9	9,8	131	10,01
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	35	0,78
Итого:						65,00

ОБЕД

Салат из моркови с огурцами	100	1,6	0,0	8,4	40	8,27
Борщ с капустой картофелем с курицей со сметаной	250/10/5	5,9	5,7	15,2	136	21,42
Биточки рыбные	120	12,9	7,7	15,1	181	28,91
Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	22,8	97	5,08
Картофель отварной с маслом	200	3,9	7,3	29,1	197	14,89
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	141	2,34
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68	1,56
апельсин	343	0,1	0,0	11,0	44	42,13
Итого:		59	48	218	1502	124,60
Всего:						189,60

Повар:

П/с

Павлова Т.В

МАОУ «Общеобразовательная средняя школа с.Окунёво

Директор школы

Кукушкина Н.П.



Утверждаю

Меню

с 7-10 лет

На 11.09.2020г.

17 чел

Наименование блюд	выход	Белки	Жиры	Углеводы	к/кал	цена
----------------------	-------	-------	------	----------	-------	------

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК 8 день

Бутерброд с маслом и с сыром	20\5\10	5,2	7,9	9,8	131	9,05
Ватрушка царская с молоком сгущенным	200	14,5	10,0	32,5	278	43,47
Кофейный напиток	200	2,2	1,9	17,0	94	3,64
Йогурт питьевой	150	3,9	1,8	11,0	76	9,06
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	35	0,98
чокопай	28	4	18	65	438	9,45
пряник	34	4,81	4,81	67,35	340,44	4,35
						80,00

Повар:

Никитина

МАОУ «Общеобразовательная средняя школа с Окунёво

Утверждаю
Директор школы
Кукушкина Н.Н.



МЕНЮ
с 7-10 лет
На 11.09. 2020г.

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	к/кал	цена
----------------------	-------	-------	------	----------	-------	------

ЗАВТРАК 8 день

Бутерброд с маслом и с сыром	20\5\10	5,2	7,9	9,8	131	7,82
Ватрушка царская с молоком сгущенным	200	14,5	10,0	32,5	278	46,57
Кофейный напиток	200	2,2	1,9	17,0	94	3,64
Хлеб ржанной	35	2,3	0,4	11,7	61	1,17
						59,20

ОБЕД

Салат из моркови с огурцами	80	1,1	4,0	8,7	75	29,00
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	250\10\5	5,9	5,7	15,2	136	30,59
Биточки рыбные	120	12,9	7,7	15,1	181	44,72
Картофель отварной	150	2,9	5,5	21,8	148	15,20
Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	22,8	97	7,30
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	118	2,34
Хлеб ржанной	30	2,0	0,4	10,0	5,2	1,25
						130,40

Повар:

Никитина

Заведующий филиалом МАОУ СОШ Окунево
В.И. Солодовников



МЕНЮ
на « 11 » сентября 2020 г.
ЗАВТРАК
С 7 лет и до 11 лет

№	Наименование блюд	Выход	к/кал	Цена
1	Бутерброд с сыром и маслом	20/5/10	131	9,05
2	Ватрушка «Царская» с молоком сгущенным	180	328	42,00
3	Кофейный напиток	200	94	3,64
4	Хлеб пшеничный	25	76	1,15
5	Хлеб ржаной	20	35	0,96
6	Апельсин	245	40	23,20
7				
8				
9				
10				80,00