

**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](mailto:melehino_srednya@mail.ru)

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

**МЕНЮ**

**18 день**

**на 02.12.2020г**

Возрастная категория: с 7-11 лет

| Наименование блюда | Б    | Ж    | У    | ЭЦ<br>ккал | выход | сумма |
|--------------------|------|------|------|------------|-------|-------|
| Горячий завтрак    |      |      |      |            |       |       |
| Бутерброд с сыром  | 1,6  | 0,2  | 25,8 | 111        | 20/25 | 7,99  |
| Рагу из мяса       | 14,5 | 20,0 | 17,6 | 308,4      | 200   | 39,44 |
| Кофейный напиток   | 3,2  | 3,1  | 19,0 | 116,7      | 200   | 7,31  |
| Хлеб пшеничный     | 2,0  | 0,6  | 16,2 | 77,8       | 20    | 0,84  |
| Хлеб ржаной        | 0,7  | 0,1  | 9,4  | 41,3       | 20    | 0,92  |
| Йогурт «Нежный»    | 1,8  | 1,5  | 4,5  | 38,7       | 100   | 14,00 |
| Печенье «К кофе»   |      |      |      |            |       | 9,50  |
| Итого              |      |      |      |            |       | 80,00 |

Возрастная категория с 11 лет и старше

| Наименование блюда | Б    | Ж    | У    | ЭЦ<br>ккал | выход | сумма |
|--------------------|------|------|------|------------|-------|-------|
| Горячий завтрак    |      |      |      |            |       |       |
| Бутерброд с сыром  | 1,6  | 0,2  | 25,8 | 111        | 20/25 | 11,24 |
| Рагу из мяса       | 14,5 | 20,0 | 17,6 | 308,4      | 200   | 41,07 |
| Кофейный напиток   | 3,2  | 3,1  | 19,0 | 116,7      | 200   | 7,31  |
| Хлеб пшеничный     | 2,0  | 0,6  | 16,2 | 77,8       | 40    | 1,68  |
| Хлеб ржаной        | 0,7  | 0,1  | 9,4  | 41,3       | 40    | 1,84  |
| Итого              |      |      |      |            |       | 63,14 |

| Наименование блюда | Б    | Ж    | У    | ЭЦ<br>ккал | выход | сумма        |
|--------------------|------|------|------|------------|-------|--------------|
| Горячий завтрак    |      |      |      |            |       |              |
| Бутерброд с сыром  | 1,6  | 0,2  | 25,8 | 111        | 20/25 | 11,24        |
| Рагу из мяса       | 14,5 | 20,0 | 17,6 | 308,4      | 200   | 41,07        |
| Кофейный напиток   | 3,2  | 3,1  | 19,0 | 116,7      | 200   | 7,31         |
| Хлеб пшеничный     | 2,0  | 0,6  | 16,2 | 77,8       | 40    | 1,68         |
| Хлеб ржаной        | 0,7  | 0,1  | 9,4  | 41,3       | 40    | 1,84         |
| Йогурт «Нежный»    | 1,8  | 1,5  | 4,5  | 38,7       | 100   | 14,00        |
| Печенье «К кофе»   |      |      |      |            | 32    | 2,86         |
| <b>Итого</b>       |      |      |      |            |       | <b>80,00</b> |

6 день

Возрастная категория с 7 до 11 лет

| Наименование блюда                | Б    | Ж    | У    | ЭЦ ккал | выход  | сумма |
|-----------------------------------|------|------|------|---------|--------|-------|
| Запеканка из творога со сгущенкой | 17,7 | 14,3 | 33,6 | 334     | 150/20 | 49,60 |
| Бутерброд с маслом                | 1,6  | 8,7  | 9,8  | 124     | 20/10  | 6,24  |
| Какао с молоком                   | 3,5  | 4,0  | 18,6 | 124     | 200    | 9,50  |
| Хлеб ржаной                       | 1,0  | 0,2  | 5,0  | 26      | 20     | 0,92  |
| Вафли мягкие с начинкой           |      |      |      |         | 40     | 10,00 |
|                                   |      |      |      |         |        | 76,26 |

Возрастная категория с 7 до 11 лет

| Наименование блюда            | Б    | Ж    | У    | ЭЦ ккал | выход  | сумма         |
|-------------------------------|------|------|------|---------|--------|---------------|
| Огурцы солёные                | 0,6  | 0,1  | 1,3  | 85      | 146    | 13,50         |
| Суп-пюре из гороха с гречками | 6,1  | 5,2  | 20,3 | 152     | 250/10 | 6,27          |
| Жаркое по - домашнему         | 14,9 | 14,1 | 29,2 | 303     | 250    | 32,70         |
| Сок в ассортименте            | 0,5  | 0,2  | 22,0 | 92      | 200    | 14,50         |
| Хлеб пшеничный                | 3,0  | 0,3  | 19,7 | 94      | 40     | 1,68          |
| Хлеб ржаной                   | 2,0  | 0,4  | 10,0 | 52      | 32     | 1,47          |
| Банан                         |      |      |      |         | 154    | 12,78         |
| Чоко Пай                      |      |      |      |         | 30     | 9,46          |
| Йогурт «Нежный»               | 1,8  | 1,5  | 4,5  | 38,7    | 100    | 14,00         |
| Печенье «К кофе»              |      |      |      |         | 78     | 6,98          |
| <b>Итого</b>                  |      |      |      |         |        | <b>113,34</b> |

Возрастная категория с 11 лет и старше

| Наименование блюда                | Б    | Ж    | У    | ЭЦ ккал | выход  | сумма |
|-----------------------------------|------|------|------|---------|--------|-------|
| Запеканка из творога со сгущенкой | 17,7 | 14,3 | 33,6 | 334     | 150/20 | 49,60 |
| Бутерброд с маслом                | 1,6  | 8,7  | 9,8  | 124     | 20/10  | 6,24  |
| Какао с молоком                   | 3,5  | 4,0  | 18,6 | 124     | 200    | 9,50  |
| Хлеб ржаной                       | 1,0  | 0,2  | 5,0  | 26      | 20     | 0,92  |
| Вафли мягкие с начинкой           |      |      |      |         | 40     | 10,00 |
|                                   |      |      |      |         |        | 76,26 |

Возрастная категория с 7 до 11 лет

| Наименование блюда            | Б    | Ж    | У    | ЭЦ ккал | выход  | сумма  |
|-------------------------------|------|------|------|---------|--------|--------|
| Огурцы солёные                | 0,6  | 0,1  | 1,3  | 85      | 146    | 13,50  |
| Суп-пюре из гороха с гренками | 6,1  | 5,2  | 20,3 | 152     | 250/10 | 6,27   |
| Жаркое по - домашнему         | 14,9 | 14,1 | 29,2 | 303     | 250    | 32,70  |
| Сок в ассортименте            | 0,5  | 0,2  | 22,0 | 92      | 200    | 14,50  |
| Хлеб пшеничный                | 3,0  | 0,3  | 19,7 | 94      | 40     | 1,68   |
| Хлеб ржаной                   | 2,0  | 0,4  | 10,0 | 52      | 40     | 1,84   |
| Банан                         |      |      |      |         | 154    | 12,78  |
| Чоко Пай                      |      |      |      |         | 30     | 9,46   |
| Йогурт «Нежный»               | 1,8  | 1,5  | 4,5  | 38,7    | 100    | 14,00  |
| Печенье «К кофе»              |      |      |      |         | 74     | 6,61   |
| <b>Итого</b>                  |      |      |      |         |        | 113,34 |

Повар



Елхова А.А