

**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

20 день

на 04.12.2020г

Возрастная категория: с 7-11 лет

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Салат из моркови огурца и яйца	1,6	0,2	25,8	111	80	6,51
Котлеты «Школьные»	14,5	20,0	17,6	308,4	80	29,23
Каша гречневая	3,3	4,4	23,5	147	150	5,53
Чай с сахаром	3,2	3,1	19,0	116,7	200	0,76
Хлеб витаминизированный	2,0	0,6	16,2	77,8	40	1,84
Хлеб ржаной	0,7	0,1	9,4	41,3	30	1,38
Йогурт «Нежный»	1,8	1,5	4,5	38,7	100	14,00
Медвежонок Барни					30	17,80
Печенье «К кофе»					33	2,95
Итого						80,00

Возрастная категория: 11 лет и старше

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Салат из моркови огурца и яйца	1,6	0,2	25,8	111	100	7,08
Котлеты «Школьные»	14,5	20,0	17,6	308,4	120	42,19
Каша гречневая	3,3	4,4	23,5	147	180	6,60
Чай с сахаром	3,2	3,1	19,0	116,7	200	0,72
Хлеб витаминизированный	2,0	0,6	16,2	77,8	50	2,30
Хлеб ржаной	0,7	0,1	9,4	41,3	30	1,38
Йогурт «Нежный»	1,8	1,5	4,5	38,7	100	14,00
Итого						74,27

Возрастная категория: 11 лет и старше

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Салат из моркови огурца и яйца	1,6	0,2	25,8	111	100	7,08
Котлеты «Школьные»	14,5	20,0	17,6	308,4	120	42,19
Каша гречневая	3,3	4,4	23,5	147	180	6,60
Чай с сахаром	3,2	3,1	19,0	116,7	200	0,72
Хлеб витаминизированный	2,0	0,6	16,2	77,8	50	2,30
Хлеб ржаной	0,7	0,1	9,4	41,3	30	1,38
Йогурт «Нежный»	1,8	1,5	4,5	38,7	100	14,00
Печенье «К кофе»					64	5,73
Итого						74,25

Возрастная категория: с 7-11 лет

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Каша «Геркулесовая» жидкая с маслом	8,4	8,2	35,0	247	200/5	9,86
Бутерброд с ДЖЕМОМ	1,6	0,2	25,8	111	20/20	4,07
Чай с лимоном	0,1	0,0	15,2	61	200	13,64
Йогурт Нежный в инд упаковке	4,1	6,8	11,0	122	100	14,00
Хлеб пшеничный	1,5	0,2	9,8	47	20	0,92
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	20	0,92
Печенье «К кофе»					39	3,49
Итого:	16,7	15,5	101,9	614,7		46,90

Возрастная категория: с 7-11 лет ОВЗ

Завтрак (дневной ОВЗ)						
Салат из белокочанной капусты	0,4	3,0	7,7	59	80	3,81
Рассольник Ленинградский с мясом, со сметаной	4,9	5,7	16,3	136	250/10/5	31,98
Котлета рыбная	11,3	6,5	15,6	166	100	23,33
Картофельное пюре	3,9	5,9	26,7	176	180	10,03
Сок Мой	0,5	0,2	22,0	92	200	14,50
Хлеб пшеничный	1,5	0,2	9,8	47	70	3,22
Хлеб ржаной	2,6	0,5	13,4	70	66	3,04
Банан					186,6	15,49
Медвежонок Барни					30	17,80
Печенье в инд. упаковке					50	9,50
Вафли мягкие с начинкой					40	10,00
Итого:	25,2	21,9	132,5	829,8		142,70

Возрастная категория: с 11 лет и старше ОВЗ

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Каша «Геркулесовая» жидкая с маслом	8,4	8,2	35,0	247	200/5	9,86
Бутерброд с ДЖЕМОМ	1,6	0,2	25,8	111	20/20	4,07
Чай с сахаром	0,1	0,0	15,2	61	200	13,60
Йогурт Нежный	4,1	6,8	11,0	122	100	14,00
Хлеб пшеничный	1,5	0,2	9,8	47	20	0,92
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	20	0,92
Печенье «К кофе»					91	8,14
Итого:	16,7	15,5	101,9	614,7		51,51

Возрастная категория: с 11 лет и старше ОВЗ

Завтрак (дневной ОВЗ)						
Салат из белокочанной капусты	0,4	3,0	7,7	59	100	4,76
Рассольник Ленинградский с мясом, со сметаной	4,9	5,7	16,3	136	250/10/5	31,98
Котлета рыбная	11,3	6,5	15,6	166	120	27,76
Картофельное пюре	3,9	5,9	26,7	176	180	10,03
Сок Мой	0,5	0,2	22,0	92	200	14,50
Хлеб витаминизированный	1,5	0,2	9,8	47	70	3,22
Хлеб ржаной	2,6	0,5	13,4	70	66	3,04
Банан					186,6	15,49
Медвежонок Барни					30	17,80
Печенье в инд. упаковке					50	9,50
Итого:	25,2	21,9	132,5	829,8		138,08

Повар



Елхова А.А