

**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

5 день

на 10.12.2020г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Нарезка из свежих овощей	1,2	4,0	11,9	88	100	8,32
Плов из мяса	12,5	13,7	36,5	319,3	200	48,04
Компотик из свежих яблок	0,5	0,2	23,1	96,2	200	5,34
Йогурт	1,8	1,5	4,5	38,7	191	15,28
Хлеб ржаной	1,4	0,2	18,8	81,6	20	0,92
Хлеб пшеничный	1,0	0,3	8,1	38,9	50	2,10
						80.00

Возрастная категория с 11 лет и старше

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Нарезка из свежих овощей	1,2	4,0	11,9	88	100	8,32
Плов из мяса	12,5	13,7	36,5	319,3	200	47,24
Компотик из свежих яблок	0,5	0,2	23,1	96,2	200	5,34
Йогурт	1,8	1,5	4,5	38,7	190	15,20
Хлеб ржаной	1,4	0,2	18,8	81,6	30	1,38
Хлеб пшеничный	1,0	0,3	8,1	38,9	60	2,52
						80.00

Возрастная категория с 11 лет и старше

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Нарезка из свежих овощей	1,2	4,0	11,9	88	100	8,32
Плов из мяса	12,5	13,7	36,5	319,3	200	47,24
Компотик из свежих яблок	0,5	0,2	23,1	96,2	200	5,34
Йогурт	1,8	1,5	4,5	38,7	190	15,20
Хлеб ржаной	1,4	0,2	18,8	81,6	30	1,38
Хлеб пшеничный	1,0	0,3	8,1	38,9	60	2,52
						80,00

3 день

на 13.11.2020г

Возрастная категория с 7до 11 лет ОВЗ

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Бутерброд с сыром	0,9	0,1	3,0	16,3	20/16	13.84
Ватрушка Царская	15,5	12,9	31,7	304,8	180/20	45.87
Чай с сахаром	0,1	0,0	15,1	61	200	0.72
Хлеб ржаной	1,4	0,2	18,8	81,6	40	1,84
Хлеб пшеничный	1,0	0,3	8,1	38,9	60	2,52
Апельсин	0,4	0,0	14,4	95,3	202	25,90
						90,69

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Винегрет овощной	1,2	4,0	11,9	88	80	15,78
Суп с фрикадельками	6,7	5,5	18,4	150	250/20	20,68
Кура запечёная	12,5	13,7	36,5	319,3	200	36,30
Гречка отварная	0,5	0,2	23,1	96,2	200	5,76
Нектар «Мой»					200	14,50
Хлеб ржаной	1,4	0,2	18,8	81,6	55	2,53
Хлеб пшеничный	1,0	0,3	8,1	38,9	80	3,36
						98,91

Возрастная категория с 11 лет и старше

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Бутерброд с сыром	0,9	0,1	3,0	16,3	20/16	13.84
Ватрушка Царская	15,5	12,9	31,7	304,8	180/20	45.87
Чай с сахаром	0,1	0,0	15,1	61	200	0.72
Хлеб ржаной	1,4	0,2	18,8	81,6	40	1,84
Хлеб пшеничный	1,0	0,3	8,1	38,9	60	2,52
Апельсин	0,4	0,0	14,4	95,3	202	25,90
						90,69

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Винегрет овощной	1,2	4,0	11,9	88	80	15,78
Суп с фрикадельками	6,7	5,5	18,4	150	250/20	20,68
Кура запечёная	12,5	13,7	36,5	319,3	200	36,30
Гречка отварная	0,5	0,2	23,1	96,2	200	5,76
Нектар «Мой»					200	14,50
Хлеб ржаной	1,4	0,2	18,8	81,6	55	2,53
Хлеб пшеничный	1,0	0,3	8,1	38,9	80	3,36
						98,91

Повар  Елхова А.А