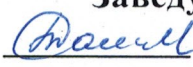


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА с. Окунёво»
Мелёхинская средняя общеобразовательная школа**

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

8 день

на 16.12.2020г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Овощи свежие (помидоры)	0,5	0,1	1,5	9,0	50	10,09
Фрикасе из птицы	13,0	12,1	0,6	162,8	100	28,75
Рис припущенный «Мозаика»	2,2	3,3	14,8	97,7	150	14,06
Компотик из свежих яблок	1,2	3,0	3,9	47,4	200	5,02
Йогурт «Нежный» в инд.упаковке					100	14,00
Хлеб ржаной	1,4	0,2	18,8	81,6	55,5	2,56
Печенье «Чайное»					60	5,52
Итого						80,00

Возрастная категория с 11 лет и старше

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Овощи свежие (помидоры)	0,5	0,1	1,5	9,0	54	14,51
Фрикасе из птицы	13,0	12,1	0,6	162,8	120	35,18
Рис припущенный «Мозаика»	2,2	3,3	14,8	97,7	200	13,82
Компотик из свежих яблок	1,2	3,0	3,9	47,4	200	5,02
Хлеб пшеничный	1,0	0,3	8,1	38,9	40	1,68
Хлеб ржаной	1,4	0,2	18,8	81,6	30	1,38
Итого						71,56

Возрастная категория с 11 лет и старше

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Овощи свежие (помидоры)	0,5	0,1	1,5	9,0	54	13,41
Фрикасе из птицы	13,0	12,1	0,6	162,8	120	35,18
Рис припущенный «Мозаика»	2,2	3,3	14,8	97,7	200	13,83
Компотик из свежих яблок	1,2	3,0	3,9	47,4	200	5,02
Хлеб пшеничный	1,0	0,3	8,1	38,9	40	1,68
Хлеб ржаной	1,4	0,2	18,8	81,6	30	1,38
Печенье «К кофе» в инд. упаковке						9,50
Итого						80,00

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Запеканка из творога со сгущенкой	17,7	14,3	33,6	334	150/20	45,97
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	9,04
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	20	0,84
Вафли мягкие с начинкой					40	10,00
						72,17

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Огурцы солёные	0,6	0,1	1,3	85	134	13,50
Суп-пюре из гороха с гречками	6,1	5,2	20,3	152	250/10	7,78
Жаркое по - домашнему	14,9	14,1	29,2	303	250	38,39
Сок в ассортименте	0,5	0,2	22,0	92	200	14,50
Хлеб пшеничный	3,0	0,3	19,7	94	55	2,31
Хлеб ржаной	2,0	0,4	10,0	52	40	1,84
Апельсин					262	29,61
Печенье «К кофе» в инд. упаковке					50	9,50
Итого						117,43

Возрастная категория с 11 лет и старше

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Запеканка из творога со сгущенкой	17,7	14,3	33,6	334	150/20	45,97
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	9,04
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	20	0,92
Вафли мягкие с начинкой					40	10,00
						72,17

Возрастная категория с 11 лет и старше

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Огурцы солёные	0,6	0,1	1,3	85	134	13,50
Суп-пюре из гороха с гречками	6,1	5,2	20,3	152	250/10	8,45
Жаркое по - домашнему	14,9	14,1	29,2	303	250	38,39
Сок в ассортименте	0,5	0,2	22,0	92	200	14,50
Хлеб пшеничный	3,0	0,3	19,7	94	50	2,10
Хлеб ржаной	2,0	0,4	10,0	52	30	1,38
Апельсин					262	29,61
Печенье «К кофе» в инд. упаковке					30	9,50
Итого						117,43

Повар



Елхова А.А