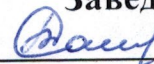


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА с. Окунёво»
Мелёхинская средняя общеобразовательная школа**

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 1811.2020г

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 | 4,55 |
| Фрикасе из птицы | 13,0 | 12,1 | 0,6 | 162,8 | 100 | 30,80 |
| Рис припущенный «Мозаика» | 2,2 | 3,3 | 14,8 | 97,7 | 150 | 12,49 |
| Компотик из свежих яблок | 1,2 | 3,0 | 3,9 | 47,4 | 200 | 4,29 |
| Йогурт «Нежный» в инд.упаковке | | | | | 100 | 14,00 |
| Хлеб пшеничный | 1,0 | 0,3 | 8,1 | 38,9 | 80 | 3,36 |
| Хлеб ржаной | 1,4 | 0,2 | 18,8 | 81,6 | 40 | 1,84 |
| Печенье «К кофе» | | | | | 97 | 8,67 |
| 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 | 4,91 |
| Фрикасе из птицы | 13,0 | 12,1 | 0,6 | 162,8 | 120 | 46,18 |
| Рис припущенный «Мозаика» | 2,2 | 3,3 | 14,8 | 97,7 | 200 | 14,32 |
| Компотик из свежих яблок | 1,2 | 3,0 | 3,9 | 47,4 | 200 | 4,29 |
| Печенье «К кофе» | | | | | 57 | 5,10 |
| Хлеб пшеничный | 1,0 | 0,3 | 8,1 | 38,9 | 80 | 3,36 |
| Хлеб ржаной | 1,4 | 0,2 | 18,8 | 81,6 | 40 | 1,84 |
| 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 | 39,24 |
| 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 | 12,30 |
| Хлеб ржаной | 1,0 | 0,2 | 5,0 | 26 | 20 | 0,92 |
| Вафли мягкие с начинкой | | | | | 40 | 10,00 |
| | | | | | | 68,70 |

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 | 146 | 14,71 |
| Суп-пюре из гороха с гречками | 6,1 | 5,2 | 20,3 | 152 | 250/10 | 17,01 |
| 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 | 80 | 3,36 |
| Хлеб ржаной | 2,0 | 0,4 | 10,0 | 52 | 30 | 1,38 |
| Апельсин | | | | | 217 | 27,78 |
| Чоко Пай | | | | | 30 | 9,46 |
| Итого | | | | | | 120,90 |

Повар



Елхова А.А