


**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**

**9 день**

**на 19.11.2020г**

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Бутерброд с маслом	2,3	7,4	14,5	133,8	30/10	6,66
Бефстроганов из говядины	12,5	10,9	5,6	170,5	100	30,11
Макаронные изделия отварные	4,5	3,0	36,7	191,7	150	4,51
Чай с лимоном и апельсином «Цитрусовый заряд»	0,2	0,0	15,5	62,8	200	6,06
Хлеб пшеничный	0,5	0,2	6,1	29,4	48	2,02
Хлеб ржаной	0,5	0,1	6,9	39,9	40	1,84
Яйцо варёное					120	14,30
Сок «Мой»					200	14,50
Итого:						80,00

Возрастная категория с 11 лет и старше

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
<b>Горячий завтрак</b>						
Бутерброд с маслом	2,3	7,4	14,5	133,8	30/10	6,66
Бефстроганов из говядины	12,5	10,9	5,6	170,5	100	30,11
Макаронные изделия отварные	4,5	3,0	36,7	191,7	180	4,81
Чай с лимоном и апельсином «Цитрусовый заряд»	0,2	0,0	15,5	62,8	200	6,06
Хлеб пшеничный	0,5	0,2	6,1	29,4	48	2,02
Хлеб ржаной	0,5	0,1	6,9	39,9	40	1,84
Йогурт «Нежный»					100	14,00
Сок «Мой»					200	14,50
<b>Итого:</b>						80,00

Возрастная категория с 7 до 11 лет ОВЗ

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
<b>Завтрак</b>						
Суп молочный с крупой	5,3	6,2	24,6	175	180	23,25
Бутерброд с маслом	4,3	7,9	13,5	142	40	6,66
Чай с сахаром	0,1	0,0	15,1	61	200	0,72
Хлеб ржаной	2,0	0,4	10,0	52	20	0,92
Хлеб пшеничный					20	0,84
Печенье «Кофе»					103	9,22
<b>Итого:</b>	<b>16,2</b>	<b>14,9</b>	<b>92,7</b>	<b>571,7</b>		<b>41,61</b>

Возрастная категория: с 7-11 лет ОВЗ

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
<b>Горячий завтрак</b>						
Салат картофельный с огурцами солеными	1,7	5,3	10,5	97	100	7,85
Свекольник с мясом, сметаной	4,6	4,2	14,5	114	250	12,74
Колбасные изделия отварные с маслом	7,9	8,3	0,3	108		102,62
Макаронные изделия отварные	2,9	2,5	33,8	169	150	4,52
Компот из кураги + Вит С	0,8	0,1	20,1	85	200	2,48
Хлеб ржаной	2,6	0,5	13,4	70	30	1,38
Хлеб пшеничный	4,6	0,5	29,5	141	50	2,10
Яйцо варёное					120	14,30
<b>Итого</b>						<b>147,99</b>

Повар



Елхова А.А