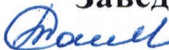


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА с. Окунёво»
Мелёхинская средняя общеобразовательная школа**

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

12 день

на 22.12.2020г

Возрастная категория: с 7-11 лет

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Салат из моркови с изюмом	1,0	0,1	12,8	55,8	80	3,80
Гуляш из говядины	9,1	7,5	3,4	177,5	100	33,16
Каша гречневая рассыпчатая	3,1	6,6	32,0	199,7	150	9,60
Какао с молоком	3,4	3,2	21,2	127,2	200	7,51
Хлеб ржаной	0,7	0,1	9,4	41,3	56	2,55
Йогурт «Нежный»	1,8	1,5	4,5	38,7	100	14,00
Печенье «Чайное»					102	9,38
Итого						80,00

Возрастная категория с 11 и старше

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Салат из моркови с изюмом	1,0	0,1	12,8	55,8	100	4,46
Гуляш из говядины	9,1	7,5	3,4	177,5	100	40,41
Каша гречневая рассыпчатая	3,1	6,6	32,0	199,7	180	11,73
Какао с молоком	3,4	3,2	21,2	127,2	200	6,34
Йогурт «Нежный»	1,8	1,5	4,5	38,7	100	14,00
Хлеб пшеничный	2,0	0,6	16,2	77,8	40	1,68
Хлеб ржаной	0,7	0,1	9,4	41,3	30	1,38
Итого						80,00

Возрастная категория с11 и старше

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Салат из моркови с изюмом	1,0	0,1	12,8	55,8	100	4,46
Гуляш из говядины	9,1	7,5	3,4	177,5	100	40,41
Каша гречневая рассыпчатая	3,1	6,6	32,0	199,7	180	11,73
Какао с молоком	3,4	3,2	21,2	127,2	200	6,34
Хлеб пшеничный	2,0	0,6	16,2	77,8	40	1,68
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						80,00

Возрастная категория: с 7-11 лет ОВЗ

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Завтрак						
Каша «Геркулесовая» жидкая с маслом	8,4	8,2	35,0	247	200/5	9,93
Бутерброд с маслом	1,6	0,2	25,8	111	20/5	3,54
Чай с лимоном	0,1	0,0	15,2	61	200	2,79
Йогурт Нежный в инд упаковке	4,1	6,8	11,0	122	200	28,00
Хлеб пшеничный	1,5	0,2	9,8	47	20	0,84
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	28	1,29
Итого:	16,7	15,5	101,9	614,7		46,39

Горячий завтрак (дневной ОВЗ)

Салат из белокочанной капусты	0,4	3,0	7,7	59	80	3,53
Рассольник Ленинградский с мясом, со сметаной	4,9	5,7	16,3	136	250/10/5	25,81
Котлета рыбная	11,3	6,5	15,6	166	100	27,07
Картофельное пюре	3,9	5,9	26,7	176	180	11,65
Сок Мой	0,5	0,2	22,0	92	200	14,50
Хлеб пшеничный	1,5	0,2	9,8	47	50	2,10
Апельсин					309	39,55
Печенье «К кофе» в инд.уп.					100	19,00
Итого:	25,2	21,9	132,5	829,8		143,21

Возрастная категория: с11 лет и старше ОВЗ

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
--------------------	---	---	---	---------	-------	-------

Завтрак						
Каша «Геркулесовая» жидкая с маслом	8,4	8,2	35,0	247	200/5	9,40
Бутерброд с ДЖЕМОМ	1,6	0,2	25,8	111	20/30	5,69
Чай с сахаром	0,1	0,0	15,2	61	200	0,72
Йогурт Нежный	4,1	6,8	11,0	122	200	28,00
Хлеб пшеничный	1,5	0,2	9,8	47	40	1,68
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	20	0,92
Итого:	16,7	15,5	101,9	614,7		46,41

Горячий завтрак (дневной ОБЗ)						
Салат из белокочанной капусты	0,4	3,0	7,7	59	100	4,77
Рассольник Ленинградский с мясом, со сметаной	4,9	5,7	16,3	136	250/10/5	21,10
Котлета рыбная	11,3	6,5	15,6	166	100	25,86
Картофельное пюре	3,9	5,9	26,7	176	180	9,60
Сок Мой	0,5	0,2	22,0	92	200	14,50
Пирожное «Барни»					30	17,80
Хлеб пшеничный	1,5	0,2	9,8	47	60	2,52
Хлеб ржаной	2,6	0,5	13,4	70	15	0,69
Апельсин					309	39,55
Печенье «К кофе»					76	6,80
Итого:	25,2	21,9	132,5	829,8		143,19

Повар



Елхова А.А