


**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**

**11 день**

**на 23.11.2020г**

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
<b>Горячий завтрак</b>						
Бутерброд с сыром	2,3	7,4	14,5	133,8	20/10	7,90
Котлеты из птицы	12,5	10,9	5,6	170,5	100	22,40
Рис припущенный	4,5	3,0	36,7	191,7	150	6,99
Чай с лимоном	0,2	0,0	15,5	62,8	200	1,40
Хлеб пшеничный	0,5	0,2	6,1	29,4	20	0,84
Хлеб ржаной	0,5	0,1	6,9	39,9	20	0,92
Апельсин					309	39,55
<b>Итого:</b>						<b>80,00</b>

Возрастная категория с 11 лет и старше

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
<b>Горячий завтрак</b>						
Бутерброд с сыром	2,3	7,4	14,5	133,8	<b>20/10</b>	<b>7,90</b>
Котлеты из птицы	12,5	10,9	5,6	170,5	<b>120</b>	<b>28,11</b>
Рис припущенный	4,5	3,0	36,7	191,7	<b>180</b>	<b>7,06</b>
Чай с лимоном	0,2	0,0	15,5	62,8	<b>200</b>	<b>1,40</b>
Хлеб пшеничный	0,5	0,2	6,1	29,4	<b>30</b>	<b>1,26</b>
Хлеб ржаной	0,5	0,1	6,9	39,9	<b>50</b>	<b>2,30</b>
<b>Итого:</b>						<b>48,03</b>

Возрастная категория с 11 лет и старше

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
<b>Горячий завтрак</b>						
Бутерброд с сыром	2,3	7,4	14,5	133,8	20/10	7,90
Котлеты из птицы	12,5	10,9	5,6	170,5	120	28,11
Рис припущенный	4,5	3,0	36,7	191,7	180	7,06
Чай с лимоном	0,2	0,0	15,5	62,8	200	1,40
Хлеб пшеничный	0,5	0,2	6,1	29,4	30	1,26
Хлеб ржаной	0,5	0,1	6,9	39,9	50	2,30
Йогурт Нежный					100	14,00
Вафли мягкие с начинкой					40	10,00
Печенье «К кофе»					89	7,97
<b>Итого:</b>						<b>80,00</b>

9 день

на 23.11.2020г

Возрастная категория от 7 до 11 лет **ОВЗ**

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Каша манная молочная жидкая с маслом	6,9	7,1	28,0	204	200/5	8,32
Бутерброд с маслом	1,6	8,7	9,8	124	20/10	6,24
Чай с молоком	4,2	3,5	19,5	126	200	4,45
Печенье в индивидуальной упаковке «К кофе»	2,3	0,2	14,8	71	50	9,50
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	20	0,92
Хлеб пшеничный	2,0	0,4	10,0	52	30	1,26
<b>Итого</b>	<b>15</b>	<b>21</b>	<b>90</b>	<b>605</b>		<b>30,69</b>

Возрастная категория от 7 до 11 лет **ОВЗ**

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Салат из свеклы с зеленым горошком	1,7	5,0	7,3	81	100	9,82
Суп с курицей	6,6	4,2	21,5	150	250/10	11,65
Плов из говядины	16,8	13,0	36,5	330	200	32,35
Компот из сухофруктов + вит С	0,5	0,0	25,0	102	200	1,77
Хлеб пшеничный	2,3	0,2	14,8	71	40	1,68
Хлеб ржаной	2,0	0,4	10,0	52	30	1,38
Пирожное «Барни»					20	17,80
Сок Мой»					200	14,50
Конфеты «В гостях у сказки»					100	30,50
Йогурт «Нежный»					200	28,00
Пирожное Чоко -Пай					28	9,46
<b>Итого:</b>	<b>44,7</b>	<b>43,6</b>	<b>204,7</b>	<b>1391,2</b>		<b>158,91</b>

Возрастная категория: 11 лет и старше **ОВЗ**

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Каша манная молочная жидкая с маслом	6,9	7,1	28,0	204	200/5	8,32
Бутерброд с маслом	1,6	8,7	9,8	124	20/10	6.24
Чай с молоком	4,2	3,5	19,5	126	200	4,45
Печенье в индивидуальной упаковке «К кофе»	2,3	0,2	14,8	71	50	9,50
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	20	0,92
Хлеб пшеничный	2,0	0,4	10,0	52	30	1.26
<b>Итого</b>	<b>15</b>	<b>21</b>	<b>90</b>	<b>605</b>		<b>30.69</b>

Возрастная категория: 11 лет и старше

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Салат из свеклы с зеленым горошком	1,7	5,0	7,3	81	100	9,82
Суп с курицей	6,6	4,2	21,5	150	250/10	11,69
Плов из говядины	16,8	13,0	36,5	330	250	32,35
Компот из сухофруктов + вит С	0,5	0,0	25,0	102	200	1.77
Хлеб пшеничный	2,3	0,2	14,8	71	50	2,10
Хлеб ржаной	2,0	0,4	10,0	52	20	0,92
Пирожное «Барни»					30	17.80
Сок Мой»					200	14.50
Конфеты «В гостях у сказки»					100	30,50
Йогурт «Нежный»					200	28.00
Пирожное Чоко -Пай					28	9.46
<b>Итого:</b>	<b>44,7</b>	<b>43,6</b>	<b>204,7</b>	<b>1391,2</b>		<b>158,91</b>

Повар



Елхова А.А.