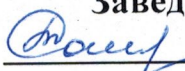


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА с. Окунёво»
Мелёхинская средняя общеобразовательная школа**

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

13 день

на 23.12.2020г

Возрастная категория: с 7-11 лет

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Овощи свежие	0,8	0,1	1,6	10,6	80	4,61
Рыба запеченная со сметаной, сыром	23,8	18,8	5,1	284,8	80	31,82
Картофельное пюре	3,9	5,9	26,7	175,5	150	11,46
Компот из сухофруктов	0,5	0,2	23,1	96,2	200	2,30
Хлеб пшеничный	2,0	0,6	16,2	77,8	55,5	2,34
Нектар «Мой»					200	14,50
Печенье «Чайное»					141	12,97
Итого						80.00

Возрастная категория: с 11 лет и старше

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Овощи свежие	0,8	0,1	1,6	10,6	80	4,61
Рыба запеченная со сметаной, сыром	23,8	18,8	5,1	284,8	100	36,30
Картофельное пюре	3,9	5,9	26,7	175,5	180	13,89
Компот из сухофруктов	0,5	0,2	23,1	96,2	200	2,30
Хлеб пшеничный	2,0	0,6	16,2	77,8	50	2,10
Хлеб ржаной	0,7	0,1	9,4	41,3	40	1,84
Чоко- Пай						9,46
Итого						70.50

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Консервированные огурцы	0,8	0,1	1,6	10,6	80	4,61
Рыба запеченная со сметаной, сыром	23,8	18,8	5,1	284,8	100	36,30
Картофельное пюре	3,9	5,9	26,7	175,5	180	13,89
Компот из сухофруктов	0,5	0,2	23,1	96,2	200	2,30
Хлеб пшеничный	2,0	0,6	16,2	77,8	50	2,10
Хлеб ржаной	0,7	0,1	9,4	41,3	40	1,84
Печенье «К кофе» инд. уп					50	9,50
Чоко Пай						9,46
Итого						80,00

Возрастная категория: с 7-11 лет ОВЗ

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Каша пшеничная жидкая с маслом	7,3	7,6	35,2	238	200/5	12,30
Бутерброд с маслом	1,6	8,7	9,8	124	20/10	6,24
Чай с сахаром	0,1	0,0	15,1	61	200	1,07
Печенье «К кофе» инд. упак.	2,8	2,9	33,0	169	50	9,50
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	40	1,84
Итого:						30,95

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Салат из белокочанной капусты с морковью	1.3	3.1	7.7	60	80	4,64
Суп гороховый с гренками	4.2	4.7	23.2	152	250/10	8,05
Бефстроганов	10.5	12.1	4.8	170	100	51,14
Макаронные изделия отварные	2.9	2.5	33.8	169	150	8,42
Напиток из шиповника	0.5	0.2	20.8	87	200	7,84
Хлеб пшеничный	3.0	0.3	19.7	94	50	2,10
Хлеб ржаной	1,3	0,2	6,7	35	64	2,94
Йогурт Нежный инд уп.					100	14,00
Апельсин					263	33,66
Сок Мой						25,86
Итого:						158,65

Возрастная категория: с 11 лет и старше ОВЗ

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Каша пшеничная жидкая с маслом	7,3	7,6	35,2	238	200/5	12,30
Бутерброд с маслом	1,6	8,7	9,8	124	20/10	6,24
Чай с сахаром	0,1	0,0	15,1	61	200	1,07
Печенье «К Кофе»	2,8	2,9	33,0	169	50	9,50
Хлеб пшеничный	2,0	0,6	16,2	77,8	40	1,84
						30,95

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Салат из белокочанной капусты с морковью	1.3	3.1	7.7	60	100	4,64
Суп гороховый с гречками	4.2	4.7	23.2	152	250/10	8,05
Бефстроганов	10.5	12.1	4.8	170	100	51,14
Макаронные изделия отварные	2.9	2.5	33.8	169	180	8,42
Напиток из шиповника	0.5	0.2	20.8	87	200	7,84
Хлеб пшеничный	3.0	0.3	19.7	94	60	2,10
Хлеб ржаной	1,3	0.2	6,7	35	15	2,94
Йогурт Нежный инд уп					100	14,00
Апельсин					263	33,66
Сок Мой					200	25,86
Итого						158,65

Повар



Елхова А.А