

**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. Ташланова С.Ю.

МЕНЮ

12 день

на 24.11.2020г

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	5,00
Гуляш из говядины	9,1	7,5	3,4	177,5	100	27,16
Каша гречневая рассыпчатая	3,1	6,6	32,0	199,7	150	9,15
Какао с молоком	3,4	3,2	21,2	127,2	200	8,56
Хлеб пшеничный	2,0	0,6	16,2	77,8	40	1,68
Хлеб ржаной	0,7	0,1	9,4	41,3	15	0,69
Йогурт «Нежный»	1,8	1,5	4,5	38,7	100	14,00
Вафли мягкие с начинкой					40	10,00
Печенье «К кофе»					42	3,76
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	6,71
Гуляш из говядины	9,1	7,5	3,4	177,5	100	27,18
Каша гречневая рассыпчатая	3,1	6,6	32,0	199,7	180	11,18
Какао с молоком	3,4	3,2	21,2	127,2	200	8,56
Хлеб пшеничный	2,0	0,6	16,2	77,8	40	1,68
Хлеб ржаной	0,7	0,1	9,4	41,3	15	0,69
Итого						56,00

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	6,71
Гуляш из говядины	9,1	7,5	3,4	177,5	100	27,18
Каша гречневая рассыпчатая	3,1	6,6	32,0	199,7	180	11,18
Какао с молоком	3,4	3,2	21,2	127,2	200	8,56
Хлеб пшеничный	2,0	0,6	16,2	77,8	40	1,68
Хлеб ржаной	0,7	0,1	9,4	41,3	15	0,69
Йогурт «Нежный»	1,8	1,5	4,5	38,7	100	14,00
Вафли мягкие с начинкой					40	10,00
Итого						80,00

10 день

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	9,40
Бутерброд с ДЖЕМОМ	1,6	0,2	25,8	111	20/20	4,07
Чай с сахаром	0,1	0,0	15,2	61	200	0,72
Йогурт Нежный в инд упаковке	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		44,79

Горячий завтрак (дневной ОВЗ)						
Салат из белокочанной капусты	0,4	3,0	7,7	59	80	3,84
Рассольник Ленинградский с мясом, со сметаной	4,9	5,7	16,3	136	250/10/5	22,10
Котлета рыбная	11,3	6,5	15,6	166	100	25,86
Картофельное пюре	3,9	5,9	26,7	176	180	9,54
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»					94	8,41
Итого:	25,2	21,9	132,5	829,8		144,81

Возрастная категория: с 11 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 ОВЗ)						
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