

**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

14 день

на 26.11.2020г

Возрастная категория: с 7-11 лет

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Бутерброд с маслом	2,3	7,4	14,5	133,8	20/5	4,68
Пудинг творожный запеченный со сгущенным молоком	17,1	12,0	48,0	378,4	200/20	57,46
Чай с сахаром	0,2	0,0	15,5	62,8	200	0,72
Хлеб пшеничный	0,5	0,2	6,1	29,4	30	1,26
Хлеб ржаной	0,5	0,1	6,9	39,9	30	1,38
Сок «Мой»					200	14,50
Итого:						80,00

Возрастная категория: с 11 лет и старше

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Бутерброд с маслом	2,3	7,4	14,5	133,8	20/5	4,68
Пудинг творожный запеченный со сгущенным молоком	17,1	12,0	48,0	378,4	200/20	57,46
Чай с сахаром	0,2	0,0	15,5	62,8	200	0,72
Хлеб пшеничный	0,5	0,2	6,1	29,4	30	1,26
Хлеб ржаной	0,5	0,1	6,9	39,9	30	1,38
Итого:						65,50

Возрастная категория: с 11 лет и старше

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Бутерброд с маслом	2,3	7,4	14,5	133,8	20/5	4,68
Пудинг творожный запеченный со сгущенным молоком	17,1	12,0	48,0	378,4	200/20	57,46
Чай с сахаром	0,2	0,0	15,5	62,8	200	0,72
Хлеб пшеничный	0,5	0,2	6,1	29,4	30	1,26
Хлеб ржаной	0,5	0,1	6,9	39,9	30	1,38
Сок «Мой»					200	14,50
Итого:						80,00

2 день

Возрастная категория: с 7-11 лет ОВЗ

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Завтрак						
Бутерброд горячий с сыром	4,3	7,9	13,5	142	20/10/6	12,74
Омлет натуральный с овощами свежими на подгарнировку, с маслом	18,9	22,8	3,5	295	200	37,63
Какао с молоком	3,5	4,0	18,6	124	200	8,56
Хлеб пшеничный	4,6	0,5	29,5	141	20	0,84
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	20	0,92
Итого:	27,7	34,9	40,6	588		60,69

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Завтрак						
Икра кабачковая	2,0	2,9	15,0	94	100	6,40
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	5,9	5,7	15,2	136	250/10/5	12,02
Колбасные изделия отварные с маслом	8,5	10,3	0,4	128	100/5	82,63
Рис припущенный с овощами	3,2	3,8	37,0	195	180	15,48
Компот из сухофруктов +вит С	0,5	0,0	25,0	102	200	2,17
Хлеб пшеничный	4,6	0,5	29,5	141	50	2,10
Хлеб ржаной	3,3	0,6	16,7	87	44	2,02
Печенье «К кофе»					68	6,09
Итого:	59	64	219	1688		128,91

Возрастная категория: с 11 лет и старше ОВЗ

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
<i>Завтрак</i>						
Бутерброд горячий с сыром	4,3	7,9	13,5	142	20/10/6	16,64
Омлет натуральный с овощами свежими на подгарнировку, с маслом	18,9	22,8	3,5	295	200	37,64
Какао с молоком	3,5	4,0	18,6	124	200	8,56
Хлеб пшеничный	4,6	0,5	29,5	141	20	0,84
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	20	0,92
<i>Итого:</i>	<i>27,7</i>	<i>34,9</i>	<i>40,6</i>	<i>588</i>		<i>64,60</i>

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
<i>Горячий завтрак</i>						
Икра кабачковая	2,0	2,9	15,0	94	100	6,40
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	5,9	5,7	15,2	136	250/10/5	13,01
Колбасные изделия отварные с маслом	8,5	10,3	0,4	128	100/5	82,64
Рис припущенный с овощами	3,2	3,8	37,0	195	180	16,66
Компот из сухофруктов +вит С	0,5	0,0	25,0	102	200	2,17
Хлеб пшеничный	4,6	0,5	29,5	141	50	2,10
Хлеб ржаной	3,3	0,6	16,7	87	44	2,02
<i>Итого:</i>	<i>59</i>	<i>64</i>	<i>219</i>	<i>1688</i>		<i>125,00</i>

Повар



Елхова А.А