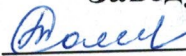


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА с. Окунёво»
Мелёхинская средняя общеобразовательная школа**

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

11 день

на 01.02.2021 г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Бутерброд с сыром	2,3	7,4	14,5	133,8	20/20	12,69
Котлеты из птицы	12,5	10,9	5,6	170,5	100	21,39
Рис припущенный	4,5	3,0	36,7	191,7	150	8,02
Чай с лимоном	0,2	0,0	15,5	62,8	200	4,64
Хлеб ржаной	0,5	0,1	6,9	39,9	40	1,84
Хлеб пшеничный					15	0,63
Апельсин					331	30,79
Итого:						80,00

Возрастная категория с 11 лет и старше

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Бутерброд с сыром	2,3	7,4	14,5	133,8	20/10	6,77
Котлеты из птицы	12,5	10,9	5,6	170,5	120	24,06
Рис припущенный	4,5	3,0	36,7	191,7	180	9,18
Чай с лимоном	0,2	0,0	15,5	62,8	200	2,75
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
Апельсин					372	34,60
Итого:						80,00

Возрастная категория с 11 лет и старше

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Бутерброд с сыром	2,3	7,4	14,5	133,8	20/10	6,77
Котлеты из птицы	12,5	10,9	5,6	170,5	120	24,06
Рис припущенный	4,5	3,0	36,7	191,7	180	9,18
Чай с лимоном	0,2	0,0	15,5	62,8	200	2,75
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
Апельсин					372	34,60
Итого:						80,00

9 день

на 1.02.2021 г

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	15,87
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	6,26
Печенье «Чайное»	2,3	0,2	14,8	71	50	4,60
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	20	0,92
Итого	15	21	90	605		33,89

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	11,54
Суп с курицей	6,6	4,2	21,5	150	250/10	15,27
Плов из говядины	16,8	13,0	36,5	330	200	43,66
Компот из сухофруктов + вит С	0,5	0,0	25,0	102	200	3,48
Хлеб пшеничный	2,3	0,2	14,8	71	27,5	1,16
Хлеб ржаной	2,0	0,4	10,0	52	50	2,10
Био Йогурт Клубника 2,5%					800	64,00
Сок Мой					200	14,50
Итого:	44,7	43,6	204,7	1391,2		155,71

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	11,49
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	6,17
Печенье «Чайное»	2,3	0,2	14,8	71	50	4,60
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	20	0,92
Итого	15	21	90	605		29,42

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	11,78
Суп с курицей	6,6	4,2	21,5	150	250/10	16,13
Плов из говядины	16,8	13,0	36,5	330	250	47,80
Компот из сухофруктов + вит С	0,5	0,0	25,0	102	200	3,48
Хлеб пшеничный	2,3	0,2	14,8	71	30	1,26
Хлеб ржаной	2,0	0,4	10,0	52	26,7	1,23
Сок Мой»					400	14,50
Био Йогурт Клубника 2,5%					800	64,00
Итого:	44,7	43,6	204,7	1391,2		160,18

Повар



Елхова А.А.