

**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

16 день

на 08.02.2021г

Возрастная категория: с 7-11 лет

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	0,9	5,0	3,1	61	80	22,29
Биточки рыбные	15,5	12,9	14,4	235,7	100	29,03
Картофельное пюре	3,9	5,9	26,7	175,5	150	12,06
Чай «Цитрусовый заряд»	0,2	0,0	15,5	62,8	200	7,61
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
Печенье Чайное					69	6,37
Итого:						80,00

Возрастная категория: с 11 лет и старше

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	0,9	5,0	3,1	61	80	17,33
Биточки рыбные	15,5	12,9	14,4	235,7	120	37,37
Картофельное пюре	3,9	5,9	26,7	175,5	180	12,20
Чай «Цитрусовый заряд»	0,2	0,0	15,5	62,8	200	4,32
Хлеб пшеничный	0,5	0,2	6,1	29,4	70	2,94
Хлеб ржаной	0,5	0,1	6,9	39,9	20	0,92
Итого:						75,08

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	0,9	5,0	3,1	61	80	17,33
Биточки рыбные	15,5	12,9	14,4	235,7	120	37,39
Картофельное пюре	3,9	5,9	26,7	175,5	180	12,22
Чай «Цитрусовый заряд»	0,2	0,0	15,5	62,8	200	4,32
Хлеб пшеничный	0,5	0,2	6,1	29,4	70	2,94
Хлеб ржаной	0,5	0,1	6,9	39,9	20	0,92
Печенье					53	4,88
Итого:						80,00

Возрастная категория с7-11 лет ОВЗ

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Завтрак						
	14,2	7,4	108,4	558,2		
Суп молочный с крупой	5,3	6,2	24,6	175	200	16,00
Бутерброд с джемом	1,6	0,2	25,8	111	20/20	3,53
Чай с сахаром	0,1	0,0	15,1	61	200	1,39
Хлеб ржаной	2,6	0,5	13,4	70	20	0,92
Печенье «Чайное»					40	3,68
						25,52

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Салат из моркови	0,5	4,2	11,7	87	80	3,18
Щи из свежей капусты	7,8	6,7	15,8	155	250/10/5	25,66
Рыба, тушенная в томате с овощами	9,2	7,0	5,5	122	80	27,05
Картофельное пюре	3,9	5,9	26,7	176	180	11,74
Компот из свежих яблок	0,2	0,2	17,2	71,4	200	5,53
Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	118	50	2,10
Хлеб ржаной	2,3	0,4	11,7	61	50	2,30
Био йогурт питьевой					400	32,00
Пирожное Барни					60	35,60
Чоко пай					56	18,92
						164,08

Возрастная категория от 11 и старше ОВЗ

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Завтрак						
	14,2	7,4	108,4	558,2		
Суп молочный с крупой	5,3	6,2	24,6	175	250	16,00
Бутерброд с повидлом или джемом	1,6	0,2	25,8	111	20/30	2,73
Чай с сахаром	0,1	0,0	15,1	61	200	1,20
Хлеб ржаной	2,6	0,5	13,4	70	40	1,84
Хлеб пшеничный	4,6	0,5	29,5	141	40	1,68
Печенье «Чайное»					65	5,98
						29,43

Горячий завтрак

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Салат из моркови	0,5	4,2	11,7	87	100	3,32
Щи из свежей капусты	7,8	6,7	15,8	155	250/10/5	24,79
Рыба, тушеная в томате с овощами	9,2	7,0	5,5	122	110	31,90
Картофельное пюре	3,9	5,9	26,7	176	180	12,97
Компот из свежих яблок	0,2	0,2	17,2	71,4	200	4,93
Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	118	80	3,36
Хлеб ржаной	2,3	0,4	11,7	61	40	1,84
Био йогурт питьевой					400	32,00
Пирожное Барни					60	35,60
Чоко пай					28	9,46
						160,17

Повар



Елхова А.А