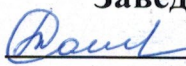


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА с. Окунёво»
Мелёхинская средняя общеобразовательная школа**

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

2 день

на 1.10.2020г

Возрастная категория с 7-11 лет

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Бутерброд горячий с сыром	4,3	7,9	13,5	142	30/10/9	11,88
Омлет натуральный с овощами свежими на подгарнировку, с маслом	18,9	22,8	3,5	295	200	22,83
Какао с молоком	3,5	4,0	18,6	124	200	9,39
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	20	0,78
Йогурт в индивидуальной упаковке «Нежный»					200	14,00
Вафли мягкие с начинкой					40	10,00
Конфеты В гостях у сказки					2	5,87
Печенье «Ваш юбилей»					57	5,25
Итого	27,7	34,9	40,6	588		80,00

Возрастная категория с 11 лет и старше

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Бутерброд горячий с сыром	4,3	7,9	13,5	142	30/10/9	11,88
Омлет натуральный с овощами свежими на подгарнировку, с маслом	18,9	22,8	3,5	295	200	22,83
Какао с молоком	3,5	4,0	18,6	124	200	9,39
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	30	1,17
Хлеб пшеничный	2,3	0,2	14,8	71	30	1,17
Итого:	27,7	34,9	40,6	588		46,44

Возрастная категория с 11 лет и старше

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Бутерброд горячий с сыром	4,3	7,9	13,5	142	30/10/9	11,88
Омлет натуральный с овощами свежими на поджаривание, с маслом	18,9	22,8	3,5	295	200	22,83
Какао с молоком	3,5	4,0	18,6	124	200	9,39
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	30	1,17
Хлеб пшеничный	2,3	0,2	14,8	71	30	1,17
Йогурт в индивидуальной упаковке «Нежный»					200	14,00
Вафли мягкие с начинкой					40	10,00
Конфеты В гостях у сказки					2	5,87
Печенье «Ваш юбилей»					40	3,69
Итого	27,7	34,9	40,6	588		80,00

Возрастная категория с7-11 лет ОВЗ

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Завтрак						
Бутерброд горячий с сыром	4,3	7,9	13,5	142	30/10/9	11,88
Омлет натуральный с овощами свежими на поджаривание, с маслом	18,9	22,8	3,5	295	200	22,83
Какао с молоком	3,5	4,0	18,6	124	200	9,39
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	30	1,17
Хлеб пшеничный	2,3	0,2	14,8	71	30	1,17
Итого:	27,7	34,9	40,6	588		46,44

Возрастная категория с7-11 лет ОВЗ

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Завтрак						
Икра кабачковая	2,0	2,9	15,0	94	100	8,00
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	5,9	5,7	15,2	136	250/10/5	20,97
Колбасные изделия отварные с маслом	8,5	10,3	0,4	128	100/5	44,26
Рис припущенный с овощами	3,2	3,8	37,0	195	180	16,27
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	1,95
Хлеб ржаной	3,3	0,6	16,7	87	30	1,17
Йогурт в индивидуальной упаковке «Нежный»					200	28,00
Сок «Мой»					200	14,50
Конфеты В гостях у сказки					2	5,87
Итого:	59	64	219	1688		143,16

Возрастная категория с 11 лет и старше ОВЗ

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
<i>Завтрак</i>						
Бутерброд горячий с сыром	5,3	12,5	13,5	188	55	17,72
Омлет натуральный с овощами свежими на поджаривание, с маслом	18,9	22,8	3,5	295	200	22,83
Какао с молоком	3,5	4,0	18,6	124	200	9,39
Хлеб ржаной	1,3	0,2	6,7	35	30	1,17
Хлеб пшеничный	2,3	0,2	14,8	71	30	1,17
<i>Итого</i>	<i>31,3</i>	<i>39,8</i>	<i>57,0</i>	<i>712,0</i>		<i>52,28</i>

Возрастная категория с 11 лет и старше ОВЗ

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
<i>Завтрак</i>						
Икра кабачковая	2,0	2,9	15,0	94	100	8,00
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	5,9	5,7	15,2	136	250/10/5	20,97
Колбасные изделия отварные с маслом	8,5	10,3	0,4	128	100/5	44,26
Рис припущенный с овощами	3,2	3,8	37,0	195	180	17,36
Компот из сухофруктов +вит С	0,5	0,0	25,0	102	200	2,17
Хлеб ржаной	0,1	0,0	23,0	92	50	1,95
Хлеб пшеничный	3,3	0,6	16,7	87	60	2,34
Йогурт в индивидуальной упаковке «Нежный»					200	28,00
Печенье Ваш юбилей					70	6,40
Конфеты В гостях у сказки					2	5,87
<i>Итого:</i>	<i>59</i>	<i>64</i>	<i>219</i>	<i>1688</i>		<i>137,32</i>

Повар



Елхова А.А