

**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

1 день

на 18.01.2021г

Возрастная категория: с 7-11 лет

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Овощи натуральные (помидоры)	0,9	0,1	3,0	16,3	80	15,62
Шницель из говядины	7,5	10,4	13,6	178,0	80	22,06
Фарфалле отварные	4,5	3,0	36,7	191,7	150	5,52
Чай «Цитрусовый заряд»	0,2	0,0	15,5	62,8	200/20/10	4,68
Хлеб пшеничный	2,0	0,6	16,2	77,8	30	1,26
Хлеб ржаной	0,7	0,1	9,4	41,3	40	1,84
Фрукт (Банан)	0,4	0,0	14,4	95,3	224	18,56
Печенье «К кофе»					98	10,43
Итого						80,00

Возрастная категория: с 11 лет и старше

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Овощи натуральные (помидоры)	0,9	0,1	3,0	16,3	100	17,14
Шницель из говядины	7,5	10,4	13,6	178,0	100	27,92
Фарфалле отварные	4,5	3,0	36,7	191,7	180	5,52
Чай «Цитрусовый заряд»	0,2	0,0	15,5	62,8	200/21/10	4,32
Хлеб пшеничный	2,0	0,6	16,2	77,8	40	1,68
Хлеб ржаной	0,7	0,1	9,4	41,3	30	1,38
Фрукт (Банан)	0,4	0,0	14,4	95,3	204	16,93
Итого						74,89

Возрастная категория: с11 лет и старше

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Овощи натуральные (помидоры)	0,9	0,1	3,0	16,3	100	17,14
Шницель из говядины	7,5	10,4	13,6	178,0	100	27,92
Фарфалле отварные	4,5	3,0	36,7	191,7	180	5,52
Чай «Цитрусовый заряд»	0,2	0,0	15,5	62,8	200/21/10	4,32
Хлеб пшеничный	2,0	0,6	16,2	77,8	40	1,68
Хлеб ржаной	0,7	0,1	9,4	41,3	30	1,38
Фрукт (Банан)	0,4	0,0	14,4	95,3	204	16,93
Печенье «К кофе»					61	5,11
Итого						80,00

9 день.**на 18.01.2021 г****Возрастная категория от 7 до 11 лет ОВЗ**

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Завтрак						
Каша манная молочная жидкая с маслом	6,9	7,1	28,0	204	200/5	13,14
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	6,12
Чоко Пай					28	9,46
Хлеб ржаной	2,0	0,4	10,0	52	30	1,38
Итого						36,34

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Салат из свеклы с зеленым горошком	1,7	5,0	7,3	81	100	11,18
Суп с курицей	6,6	4,2	21,5	150	250/10	7,72
Плов из говядины	16,8	13,0	36,5	330	250	42,13
Компот из сухофруктов	0,5	0,0	25,0	102	200	3,21
Хлеб пшеничный	2,0	0,4	10,0	52	25	1,05
Хлеб ржаной	2,0	0,4	10,0	52	40	1,84
Медвежонок Барни					30	17,80
Нектар «Мой»					400	29,00
Био-Йогурт м.д.ж2,5%					400	32,00
Печенье					71	7,33
Итого						153,26

Возрастная категория: с11 лет и старше

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Завтрак						
Каша манная молочная жидкая с маслом	6,9	7,1	28,0	204	200/5	13,14
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	10,53
Печенье «К кофе» в индивидуальной упаковке					28	9,46
Хлеб ржаной	2,0	0,4	10,0	52	20	0,92
Итого						40,29

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Салат из свеклы с зеленым горошком	1,7	5,0	7,3	81	100	11,18
Суп с курицей	6,6	4,2	21,5	150	250/10	10,66
Плов из говядины	16,8	13,0	36,5	330	250	42,13
Компот из сухофруктов + вит С	0,5	0,0	25,0	102	200	3,21
Хлеб пшеничный	2,0	0,4	10,0	52	50	2,10
Хлеб ржаной	2,0	0,4	10,0	52	26,7	1,23
Медвежонок Барни					30	17,80
Био-Йогурт м.д.ж.2,5%					400	32,00
Нектар «Мой» Груша - яблоко					400	29,00
Итого						149,31

Повар



Елхова А.А