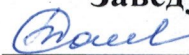


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА с. Окунёво»
Мелёхинская средняя общеобразовательная школа**

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 19.01.2021 г

Возрастная категория: с 7-11 лет

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Бутерброд с сыром	0,9	0,1	3,0	16,3	20/22	13,99
Котлета рыбная запечёная	10,3	9,3	12,9	176,3	100	25,03
Картофельное пюре	3,3	4,4	23,5	147	150	9,66
Чай с молоком	2,8	2,5	20,1	114,1	200	6,12
Хлеб пшеничный	2,0	0,6	16,2	77,8	20	0,84
Хлеб ржаной	0,7	0,1	9,4	41,3	40	1,84
Био-Йогурт 2,5% Клубника	1,8	1,5	4,5	38,7	178	14,24
Печенье «Чайное»					90	8,28
Итого						80,00

Возрастная категория: с 11 лет и старше

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Бутерброд с сыром	0,9	0,1	3,0	16,3	20/17	10,23
Котлета рыбная запечёная	10,3	9,3	12,9	176,3	100	31,76
Картофельное пюре	3,3	4,4	23,5	147	180	10,48
Чай с молоком	2,8	2,5	20,1	114,1	200	5,86
Хлеб пшеничный	2,0	0,6	16,2	77,8	30	1,26
Хлеб ржаной	0,7	0,1	9,4	41,3	30	1,38
Био -Йогурт клубника 2,5%	1,8	1,5	4,5	38,7	160	12,80
Итого						73,77

Возрастная категория: с 11 лет и старше

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Бутерброд с сыром	0,9	0,1	3,0	16,3	20/17	10,23
Котлета рыбная запечёная	10,3	9,3	12,9	176,3	100	31,76
Картофельное пюре	3,3	4,4	23,5	147	180	10,48
Чай с молоком	2,8	2,5	20,1	114,1	200	5,86
Хлеб пшеничный	2,0	0,6	16,2	77,8	30	1,26
Хлеб ржаной	0,7	0,1	9,4	41,3	30	1,38
Био -Йогурт клубника 2,5%	1,8	1,5	4,5	38,7	160	12,80
Печенье «Чайное»					67,6	6,22
Итого						80,00

10 день

Возрастная категория: с 7-11 лет

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Завтрак						
Каша «Геркулесовая» с маслом	8,4	8,2	35,0	247	200/5	12,27
Бутерброд с ДЖЕМОМ	1,6	0,2	25,8	111	20/20	3,53
Чай с лимоном	0,1	0,0	15,2	61	200	6,11
Био -Йогурт Клубника 2,5%	4,1	6,8	11,0	122	178	14,24
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	20	0,92
Итого:	16,7	15,5	101,9	614,7		37,07

Возрастная категория: с 7-11 лет ОВЗ

Горячий завтрак (дневной ОВЗ)						
Салат из белокочанной капусты	0,4	3,0	7,7	59	0	5,04
Рассольник Ленинградский с мясом, со сметаной	4,9	5,7	16,3	136	250/10/5	24,10
Котлета рыбная	11,3	6,5	15,6	166	100	30,05
Картофельное пюре	3,9	5,9	26,7	176	180	15,07
Сок Мой	0,5	0,2	22,0	92	400	29
Хлеб пшеничный	1,5	0,2	9,8	47	20	0,84
Хлеб ржаной	2,6	0,5	13,4	70	50	2,30
Апельсин					275	28,33
Пирожное Барни					20	17,80
Итого:	25,2	21,9	132,5	829,8		152,53

Возрастная категория: с 11 лет и старше ОВЗ

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Завтрак						
Каша «Геркулесовая» с маслом	8,4	8,2	35,0	247	200/5	12,73
Бутерброд с ДЖЕМОМ	1,6	0,2	25,8	111	20/20	3,53
Чай с лимоном	0,1	0,0	15,2	61	200	1,19
Био -Йогурт Клубника 2,5%	4,1	6,8	11,0	122	160	12,80
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	20	0,92
Итого:	16,7	15,5	101,9	614,7		31,17

Возрастная категория: с 11 лет и старше ОВЗ

Горячий завтрак (дневной ОВЗ)						
Салат из белокочанной капусты	0,4	3,0	7,7	59	100	4,36
Рассольник Ленинградский с мясом, со сметаной	4,9	5,7	16,3	136	250/10/5	24,10
Котлета рыбная	11,3	6,5	15,6	166	150	35,04
Картофельное пюре	3,9	5,9	26,7	176	180	16,80
Сок Мой	0,5	0,2	22,0	92	400	29,00
Хлеб пшеничный	1,5	0,2	9,8	47	30	1,26
Хлеб ржаной	2,6	0,5	13,4	70	26,7	1,23
Апельсин					280	28,84
Пирожное Барни					20	17,80
Итого:	25,2	21,9	132,5	829,8		158,43

Повар



Елхова А.А