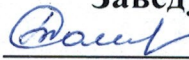


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА с. Окунёво»  
Мелёхинская средняя общеобразовательная школа**

д.38, ул. Ленина, с. Мелёхино, Бердюжский район, Тюменская обл., 627451,  
т/ф (34554)33131/(34554)33131/ [melehino\\_srednya@mail.ru](mailto:melehino_srednya@mail.ru)

**УТВЕРЖДАЮ:**  
Заведующий филиалом  
 **Ташланова С.Ю.**

**МЕНЮ**

**13 день**

**на 03.02.2021 г**

Возрастная категория: с 7-11 лет

| Наименование блюда                 | Б    | Ж    | У    | ЭЦ ккал | выход | сумма |
|------------------------------------|------|------|------|---------|-------|-------|
| Горячий завтрак                    |      |      |      |         |       |       |
| Овощи свежие                       | 0,8  | 0,1  | 1,6  | 10,6    | 80    | 14,11 |
| Рыба запеченная со сметаной, сыром | 23,8 | 18,8 | 5,1  | 284,8   | 80    | 38,70 |
| Картофельное пюре                  | 3,9  | 5,9  | 26,7 | 175,5   | 150   | 13,95 |
| Компот из свежих яблок             | 0,5  | 0,2  | 23,1 | 96,2    | 200   | 5,67  |
| Хлеб пшеничный                     | 2,0  | 0,6  | 16,2 | 77,8    | 40    | 1,68  |
| Хлеб ржаной                        | 2,6  | 0,5  | 13,4 | 70      | 40    | 1,84  |
| Печенье Чайное»                    |      |      |      |         | 44    | 4,05  |
| Итого                              |      |      |      |         |       | 80.00 |

Возрастная категория: с11 лет и старше

| Наименование блюда                 | Б    | Ж    | У    | ЭЦ ккал | выход | сумма |
|------------------------------------|------|------|------|---------|-------|-------|
| Горячий завтрак                    |      |      |      |         |       |       |
| Овощи свежие                       | 0,8  | 0,1  | 1,6  | 10,6    | 80    | 12,78 |
| Рыба запеченная со сметаной, сыром | 23,8 | 18,8 | 5,1  | 284,8   | 150   | 44,10 |
| Картофельное пюре                  | 3,9  | 5,9  | 26,7 | 175,5   | 180   | 13,52 |
| Компот из свежих яблок             | 0,5  | 0,2  | 23,1 | 96,2    | 200   | 5,70  |
| Хлеб пшеничный                     | 2,0  | 0,6  | 16,2 | 77,8    | 60    | 2,52  |
| Хлеб ржаной                        | 0,7  | 0,1  | 9,4  | 41,3    | 30    | 1,38  |
| Итого                              |      |      |      |         |       | 80.00 |

| Наименование блюда                 | Б    | Ж    | У    | ЭЦ ккал | выход | сумма |
|------------------------------------|------|------|------|---------|-------|-------|
| Горячий завтрак                    |      |      |      |         |       |       |
| Овощи свежие                       | 0,8  | 0,1  | 1,6  | 10,6    | 80    | 12,78 |
| Рыба запеченная со сметаной, сыром | 23,8 | 18,8 | 5,1  | 284,8   | 150   | 44,10 |
| Картофельное пюре                  | 3,9  | 5,9  | 26,7 | 175,5   | 180   | 13,52 |
| Компот из свежих яблок             | 0,5  | 0,2  | 23,1 | 96,2    | 200   | 5,70  |
| Хлеб пшеничный                     | 2,0  | 0,6  | 16,2 | 77,8    | 60    | 2,52  |
| Хлеб ржаной                        | 0,7  | 0,1  | 9,4  | 41,3    | 30    | 1,38  |
| Итого                              |      |      |      |         |       | 80,00 |

### Возрастная категория: с 7-11 лет ОВЗ

| Наименование блюда             | Б   | Ж   | У    | ЭЦ ккал | выход | сумма |
|--------------------------------|-----|-----|------|---------|-------|-------|
| Каша пшеничная жидкая с маслом | 7,3 | 7,6 | 35,2 | 238     | 200/5 | 15,89 |
| Бутерброд с маслом             | 1,6 | 8,7 | 9,8  | 124     | 20/10 | 6,24  |
| Чай с сахаром                  | 0,1 | 0,0 | 15,1 | 61      | 200   | 1,39  |
| Чоко Пай                       | 2,8 | 2,9 | 33,0 | 169     | 28    | 9,46  |
| Хлеб ржаной                    | 1,0 | 0,2 | 5,0  | 26      | 20    | 0,92  |
| <b>Итого:</b>                  |     |     |      |         |       | 33,90 |

| Наименование блюда                       | Б    | Ж    | У    | ЭЦ ккал | выход  | сумма |
|------------------------------------------|------|------|------|---------|--------|-------|
| Салат из белокочанной капусты с морковью | 1.3  | 3.1  | 7.7  | 60      | 80     | 5,62  |
| Суп гороховый с гренками                 | 4.2  | 4.7  | 23.2 | 152     | 250/10 | 10,39 |
| Бефстроганов                             | 10.5 | 12.1 | 4.8  | 170     | 100    | 43,08 |
| Макаронные изделия отварные              | 2.9  | 2.5  | 33.8 | 169     | 150    | 13,65 |
| Напиток из шиповника                     | 0.5  | 0.2  | 20.8 | 87      | 200    | 6,33  |
| Хлеб пшеничный                           | 3.0  | 0.3  | 19.7 | 94      | 30     | 1,38  |
| Хлеб ржаной                              | 1,3  | 0.2  | 6,7  | 35      | 50     | 2,30  |
| Био –Йогурт Персик 2,5%                  |      |      |      |         | 400    | 32,00 |
| Апельсин                                 |      |      |      |         | 230    | 21,39 |
| Сок                                      |      |      |      |         |        | 14,50 |
| Печенье «Чайное»                         |      |      |      |         | 55     | 5,06  |
| <b>Итого:</b>                            |      |      |      |         |        | 155,7 |

Возрастная категория: с 11 лет и старше ОВЗ

| Наименование блюда             | Б   | Ж   | У    | ЭЦ ккал | выход | сумма |
|--------------------------------|-----|-----|------|---------|-------|-------|
| Каша пшеничная жидкая с маслом | 7,3 | 7,6 | 35,2 | 238     | 200/5 | 13,89 |
| Бутерброд с маслом             | 1,6 | 8,7 | 9,8  | 124     | 20/10 | 6,24  |
| Чай с сахаром                  | 0,1 | 0,0 | 15,1 | 61      | 200   | 1,50  |
| Чоко Пай                       | 2,8 | 2,9 | 33,0 | 169     | 28    | 9,46  |
| Хлеб ржаной                    | 2,0 | 0,6 | 16,2 | 77,8    | 20    | 0,92  |
|                                |     |     |      |         |       | 32,01 |

| Наименование блюда                       | Б    | Ж    | У    | ЭЦ ккал | выход  | сумма  |
|------------------------------------------|------|------|------|---------|--------|--------|
| Салат из белокочанной капусты с морковью | 1.3  | 3.1  | 7.7  | 60      | 100    | 5,46   |
| Суп гороховый с гренками                 | 4.2  | 4.7  | 23.2 | 152     | 250/10 | 8,84   |
| Бефстроганов                             | 10.5 | 12.1 | 4.8  | 170     | 100    | 43,92  |
| Макаронные изделия отварные              | 2.9  | 2.5  | 33.8 | 169     | 180    | 5,62   |
| Напиток из шиповника                     | 0.5  | 0.2  | 20.8 | 87      | 200    | 6,42   |
| Хлеб пшеничный                           | 3.0  | 0.3  | 19.7 | 94      | 40     | 1,68   |
| Хлеб ржаной                              | 1,3  | 0.2  | 6,7  | 35      | 26,7   | 1,23   |
| Био Йогурт Персик 2,5%                   |      |      |      |         | 400    | 32,00  |
| Апельсин                                 |      |      |      |         | 230    | 21,39  |
| Сок                                      |      |      |      |         | 200    | 14,50  |
| Печенье                                  |      |      |      |         | 179,5  | 16,53  |
| <b>Итого</b>                             |      |      |      |         |        | 157,59 |

Повар



Елхова А.А