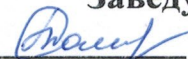


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА с. Окунёво»
Мелёхинская средняя общеобразовательная школа**

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

7 день

на 24.09.2020г

Возрастная категория от 7 до 11 лет

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Салат картофельный с огурцами солеными	1,7	5,3	10,5	97	100	3.88
Колбасные изделия отварные с маслом	7,9	8,3	0,3	108	100	35.93
Макаронные изделия отварные	2,9	2,5	33,8	169	150	4.25
Компот из кураги + Вит С	0,8	0,1	20,1	85	200	2.48
Хлеб ржаной	2,6	0,5	13,4	70	30	1.17
Хлеб пшеничный	4,6	0,5	29,5	141	40	1.56
Пирожное Медвежонок Барни					30	17.80
Вафли Мягкие с начинкой					40	10.00
Конфеты «В гостях у сказки»					20	2.93
						80.00

Возрастная категория: 11 лет и старше

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Салат картофельный с огурцами солеными	1,7	5,3	10,5	97	100	3.88
Колбасные изделия отварные с маслом	7,9	8,3	0,3	108	100	35.93
Макаронные изделия отварные	2,9	2,5	33,8	169	180	4.76
Компот из кураги + Вит С	0,8	0,1	20,1	85	200	2.48
Хлеб ржаной	2,6	0,5	13,4	70	40	1.56
Хлеб пшеничный	4,6	0,5	29,5	141	50	1.95
						50.56

Возрастная категория: 11 лет и старше

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Салат картофельный с огурцами солеными	1,7	5,3	10,5	97	100	3.88
Колбасные изделия отварные с маслом	7,9	8,3	0,3	108	100	35.93
Макаронные изделия отварные	2,9	2,5	33,8	169	180	4.76
Компот из кураги + Вит С	0,8	0,1	20,1	85	200	2.48
Хлеб ржаной	2,6	0,5	13,4	70	40	1.56
Хлеб пшеничный	4,6	0,5	29,5	141	50	1.95
Вафли Мягкие с начинкой					40	10.00
Йогурт Нежный					100	14.00
Конфеты «В гостях у сказки»					20	2.93
Печенье « Чайное»					30	2.51
						80.00

Возрастная категория: с 7-11 лет О ВЗ

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Завтрак						
Суп молочный с крупой	5,3	6,2	24,6	175	180	10.53
Бутерброд горячий с сыром	4,3	7,9	13,5	142	45	9.54
Чай с сахаром	0,1	0,0	15,1	61	200	0.72
Хлеб ржаной	2,0	0,4	10,0	52	30	1.17
Хлеб пшеничный					60	2.34
Био-йогурт «Клубника» м.д.ж.2,5%					400	31.00
Итого:	16,2	14,9	92,7	571,7		55.30

Возрастная категория: с 7-11 лет О ВЗ

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Салат картофельный с огурцами солеными	1,7	5,3	10,5	97	100	3.88 ✓
Свекольник с мясом, сметаной	4,6	4,2	14,5	114	250	19.42 ✓
Колбасные изделия отварные с маслом	7,9	8,3	0,3	108	80	35.93 ✓
Макаронные изделия отварные	2,9	2,5	33,8	169	150	4.76 ✓
Компот из кураги + Вит С	0,8	0,1	20,1	85	200	2.48 ✓
Хлеб ржаной	2,6	0,5	13,4	70	40	1.56 ✓
Хлеб пшеничный	4,6	0,5	29,5	141	60	2.34 ✓
Печенье «К кофе»					50	8.50
Вафли Мягкие с начинкой					40	10.00 ✓
Сок Мой					200	14.50
Йогурт Нежный					200	28.00
Конфеты «В гостях у сказки»					20	2.93 ✓
						134.30

Возрастная категория: 11 лет и старше

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Завтрак						
Суп молочный с крупой	5,3	6,2	24,6	175	200	10.68
Бутерброд горячий с сыром	4,3	7,9	13,5	142	45	15.38
Чай с сахаром	0,1	0,0	15,1	61	200	0.72
Хлеб ржаной	2,0	0,4	10,0	52	30	1.17
Хлеб пшеничный	2,0	0,4	10,0	52	40	1.56
Чоко -Пай					28	9.46
Сок «Мой»					400	29
Печенье «Чайное»					57	4.76
Итого:	16,2	14,9	92,7	571,7		72.73

Возрастная категория: 11 лет и старше

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Салат картофельный с огурцами солеными	1,7	5,3	10,5	97	100	3.88
Свекольник с мясом, сметаной	4,6	4,2	14,5	114	250	19.42
Колбасные изделия отварные с маслом	7,9	8,3	0,3	108	100	35.93
Макаронные изделия отварные	2,9	2,5	33,8	169	180	4.76
Компот из кураги + Вит С	0,8	0,1	20,1	85	200	2.48
Хлеб ржаной	2,6	0,5	13,4	70	40	1.56
Хлеб пшеничный	4,6	0,5	29,5	141	60	2.34
Вафли Мягкие с начинкой					40	10.00
Печенье «К кофе»					50	8.50
Йогурт Нежный					200	28.00
						116.87

Повар: 

Елхова А.А