

УТВЕРЖДАЮ:
АМИНЕВА ОЛЕСЯ ЮРИСОВНА



МОБУ СОШ

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ СОШ



МЕНЮ

на 19.10.2022 (первая неделя среда)

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
Завтрак 1 СМЕНА- ОВ31-4,обуч 1-4,ММС 1-4; 2 СМЕНА ОВ3 1-4 (полдник)						
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	94	2,20	0,40	19,32	114
Картофель отварной с маслом	180	174	5,85	6,32	25,92	136
Чай с сахаром(2вар)	200	35	0,10	0,02	9,90	266
Биточки из говядины с соусом томатным	100	205	13,10	9,20	13,80	
Итого за Завтрак	520	508	21,25	15,94	68,94	
1 СМЕНА-Обед ОВ3 1-4; 2 СМЕНА ММС 1-4,ОБУЧ 1-4						
Хлеб ржаной(пшеничный)	40	116	1,20	0,48	13,64	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	94	2,20	0,40	19,32	114
Макаронные изделия отварные	155/5	219	4,20	4,35	38,85	6,43
Суп картофельный с бобовыми	200	88	7,60	5,74	28,14	62
Биточки из мяса цыпленка-бройлера	100	163	14,50	8,40	11,50	
Напиток яблочный(2вар)	200	67			17,60	282
Итого за Обед	740	747	29,70	19,37	129,05	
Итого за 07.09.2022		1 255	50,95	35,30	197,99	
Завтрак 1 СМЕНА- ОВ35-11,обуч 5-11,ММС 5-11; 2 СМЕНА ОВ3 5-11 (полдник),ТЖС 5-11						
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	94	2,20	0,40	19,32	114
Картофель отварной с маслом	220	213	7,16	7,72	31,68	136
Чай с сахаром(2вар)	200	35	0,10	0,02	9,90	266
Биточки из говядины с соусом томатным	100	205	13,10	9,20	13,80	
Итого за Завтрак	560	547	22,56	17,34	74,70	
1 СМЕНА-Обед ОВ3 5-11; 2 СМЕНА ММС 5-11,ОБУЧ 5-11, ТЖС 5-11						
Хлеб ржаной(пшеничный)	40	116	1,20	0,48	13,64	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	94	2,20	0,40	19,32	114
Макаронные изделия отварные	180	246	4,73	4,89	43,71	6,43
Суп картофельный с бобовыми	250	110	9,50	7,17	35,17	62
Биточки из мяса цыпленка-бройлера	100	163	14,50	8,40	11,50	
Напиток яблочный(2вар)	200	67			17,60	282
Итого за Обед	810	796	32,13	21,34	140,94	
Итого за 21.09.2022		1 343	54,68	38,69	215,64	



СОГЛАСОВАНО



(первая неделя среда)

На

Завтрак

Без диеты

Яблоко шт

Итого за Без диеты

Итого за Завтрак

Итого за 21.09.2022
