

Меню школьного питания на

1010.2023 МОБУ СОШ с. Михайловка

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
Оленникова Н.А.

Вторник 2 неделя

Денег
С, ОВ

МЕНЮ осень-зима

Рацион: Школьное меню

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	у	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
461,00	тефтели (1 вариант)	90	8,00	12,50	10,70	190,00
297	Каша гречневая рассыпчатая	180 /5	10,60	6,80	46,30	312,00
305	витаминизированный кисель	200			23,50	95,0
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	50	3	0,5	27,5	127
Итого за Завтрак				21,60	19,80	108,00
Обед ОВЗ						
64	салат из свеклы с растительным маслом	60	1,00	4,80	5,00	69,00
140,00	суп картофельный с макаронными изделиями	200	4,40	3,60	16,10	119,20
436,00	Жаркое по-домашнему	200	19,30	19,90	18,90	334,00
685,00	Чай с сахаром	200	0,2	0	9,1	36
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	50	3	0,5	27,5	127
Итого за Обед				27,9	28,8	76,6
Итого за день				49,50	48,60	184,60
						1408,20

5-11 кл ММС

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
461,00	тефтели (1 вариант)	120	10,60	16,70	14,20	254,00
297	Каша гречневая рассыпчатая	250 /10	14,70	11,90	64,40	455,00
305	витаминизированный кисель	200			23,50	95,0
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
Итого за Завтрак			28,90	29,20	135,10	956,00

Обед ОВЗ						
64	салат из свеклы с растительным маслом	100	1,70	8,00	8,30	116,00
140,00	суп картофельный с макаронными изделиями	250	5,50	4,50	20,20	149,00
436,00	Жаркое по-домашнему	250	25,40	25,80	23,00	429,00
685,00	Чай с сахаром	200	0,2	0	9,1	36
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
Итого за Обед			36,4	38,9	93,6	882,0
Итого за день			65,30	68,10	228,70	1838,00

Меню школьного питания

Рацион: Школьное меню

Категория: 5-11 кл родительская плата
Стоимость

Обед						
64,00	суп из овощей	250	2,00	4,34	10,84	91,00
492,00	плов из курицы	220	20,00	25,50	35,30	458,40
43,00	салат из белокочанной капусты	100	2,10	4,50	10,30	94,00
685,00	Чай с сахаром	200	0,2	0	9,1	36
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
Итого за Обед			27,90	34,94	98,54	831,40
Итого за день			43,26	54,54	182,74	1412,28