



Меню
Междугорный филиал МБОУ «Октябрьская СОШ», 5-9 класс

День: 20.01.2025 года ,понедельник

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Возрастная категория: с 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Стоим ость, рублей	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
54-16з	Винегрет с растительным маслом	60	8,84	1,2	8,9	6,7	111,9
54-25с	Суп гороховый	200	9,61	8,2	3,5	18,7	138,7
54-1г	Макароны отварные	180	10,56	6,4	5,9	39,4	236,2
54-16м	Тефтели из говядины с рисом	100	43,22	14, 5	14,6	8,1	221,9
54- 3соус	Соус красный основной	30	1,56	1	0,7	2,7	21,2
54- 32хн	Компот из свежих яблок	200	4,59	0,2	0,1	9,9	41,6
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	4,6	0,5	29 ,5	140,6
Итого за Обед		820	82,18	36, 1	34,2	115	912,1

Местный бюджет 4,18
Областной бюджет 8
Доплата родителей 70

Повар



В.Ф.Ишмурзина

Утверждаю
Заместитель директора по УВР



Л.Б.Игнатова

Меню
Междугорный филиал МБОУ «Октябрьская СОШ», 5-9 класс

День: 21.01.2025 года , вторник

Возрастная категория: с 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порци и	Стоимость, рублей	Пищевые вещества(г)			Энергетич еская ценность(ккал)
				Б	Ж	У	
	Обед						
54-7з	Салат из белокочанной капусты	60	8,4	2	6	6	86
54-6с	Суп картофельный с клецками	200	8,95	5,8	4,1	14,2	117
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	12,45	9,9	7,6	43,1	280,4
54-2м	Гуляш из говядины	85	39,89	17	16,5	3,9	232,1
Пром.	Сок фруктовый	200	8,69	1	0	25,4	105,6
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	4,6	0,5	29, 5	140,6
	Итого за Обед	745	82,18	42,9	39,3	110,6	961,7

Местный

бюджет

4,18

Областной

бюджет

8

Доплата

родителей

70

Повар



В.Ф.Ишмурзина

Утверждаю



Меню
Междугорный филиал МБОУ «Октябрьская СОШ», 5-9 класс

на 22.01.2025 года, среда

Возрастная категория: с 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	стоимость, рублей	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)
				Б	Ж	У	
	Обед						
54-2з	Огурец в нарезке	60	7,98	0,8	0,1	2,5	14,1
170	Борщ с капустой и картофелем	250	8,19	1,81	4,91	125,25	102,5
54-12м	Плов с курицей	200	57,11	27,2	8,1	33,2	314,6
54-35хн	Компот из смеси сухофруктов	200	5,1	0,4	0	19,8	80,8
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого за обед:	760	82,18	34,81	13,61	210,25	652,6

Местный бюджет 4,18
 Областной бюджет 8
 Доплата родителей 70

Повар



В.Ф.Ишмурзина

Утверждаю



Меню
Междугорный филиал МБОУ «Октябрьская СОШ», 5-9 класс

На 23.01.2025 года, четверг

Возрастная категория: с 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	стоимость, руб	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)
				Б	Ж	У	
	Обед						
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	12,5	1	5,1	3,1	62,4
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	7,16	2,27	2,84	14,14	104,75
128	Картофельное пюре	150	11,5	2,89	4,23	16,17	173,2
255	Биточки рыбные запеченные	90	42,76	15,96	5,64	11,51	160,5
54-3соус	Соус красный основной	30	1,56	1	0,7	2,7	21,2
484	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	2,9	0	0	21	83,9
8	Хлеб пшеничный	50	3,8	3,07	1,07	20,9	107,2
	Итого за обед:	780	82,18	29,44	20,18	90,83	803,65

Местный бюджет 4,18

Областной бюджет 8

Доплата родителей 70

Повар



В.Ф.Ишмурзина

Утверждаю
Заместитель директора по УВР



Л.Б.Игнатова

Меню
Междугорный филиал МБОУ «Октябрьская СОШ», 5-9 класс

На 24.01.2025 года, пятница

Возрастная категория: с 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	стоимо сть , руб	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)
				Б	Ж	У	
	Обед						
54-13з	Салат из свеклы отварной	60	5,89	1,3	4,5	7,7	76,2
54-3с	Рассольник Ленинградский	250	11,24	5,9	7,2	17	156,9
54-9г	Рагу из овощей	180	12,5	3,4	9	16,4	160
54-4м	Котлета из говядины	80	40,09	18,2	17,4	16,4	295,2
54-3соус	Соус красный основной	30	1,56	1	0,7	2,7	21,2
54-13хн	Напиток из шиповника	200	7,1	0,6	0,2	15,1	65,4
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	3,8	0,4	6 ^{24,}	117,2
	Итого за обед:	850	82,18	34,2	39,4	99,9	892,1

Местный бюджет 4,18
Областной бюджет 8
Доплата родителей 70

Повар



В.Ф.Ишмурзина