

Утверждаю
Заместитель директора по УВР



Л.Б.Игнатова

Меню
Междугорный филиал МБОУ «Октябрьская СОШ», для обучающихся 5-9 класса

с ОБЗ на 20.11.2023

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Стоимость, рублей	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)
				Б	Ж	У	
	Обед						
71	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	7,94	2	0,8	4,6	42
197	Рассольник Петербургский (с перловой крупой)	180	7,03	2,1	5,11	16,59	120,75
688	Макаронные изделия отварные	150	6,9	5,52	4,52	26,45	202,14
54-2м	Гуляш из говядины	60	32	15,3	14,9	3,5	208,9
868	Компот из смеси сухофруктов	180	4,59	0,04	0	24,76	94,2
8	Хлеб пшеничный	54	3,99	3,07	1,07	20,9	107,2
	Итого за обед:	684	62,45	28,03	26,4	96,8	775,19
	Полдник						
604	Пряники	30	3,75	2,25	2,94	22,32	125,1
859	Компот из свежих плодов	200	5,1	0,2	0,2	22,3	110
	Итого за полдник	230	8,85	2,45	3,14	44,62	235,1
	Итого за день	914	71,3	30,48	29,54	89,24	1010,29

сумма дотации

71,3

Повар



В.Ф.Ишмурзина



Меню
Междугорный филиал МБОУ «Октябрьская СОШ», для обучающихся 5-9 класса

с ОБЗ на 21.11.2023

Возрастная категория: с 12 лет и старше ОБЗ

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Стоимость, руб.	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность
				Б	Ж	У	
Обед							
45	Винегрет овощной (с луком репчатым)	60	4,81	0,8	3,7	5,06	56,88
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	10,34	9,8	7,6	43,1	280,4
54-4м	Котлета из говядины	72	37,36	18,2	17,4	16,4	295,22
833	Соус красный основной	30	1,1	0,23	0,67	1,83	14,2
859	Компот из свежих плодов	180	4,59	0,2	0,2	22,3	110
8	Хлеб пшеничный	50	3,7	3,07	1,07	20,9	107,2
Итого за обед:		542	61,9	32,3	30,64	109,59	863,9
604	Печенье	20	3,4	2,25	2,94	22,32	125,1
548	Напиток из шиповника	180	6	0,4	0	31	120,64
Итого за полдник		200	9,4	2,25	2,94	22,32	125,1
Итого за день		742	71,3	34,55	33,58	131,91	989

Повар



В.Ф.Ишмурзина

Утверждаю
Заместитель директора по УВР



Л.Б.Игнатова

Меню
Междугорный филиал МБОУ «Октябрьская СОШ», для обучающихся 5-9 класса

с ОБЗ на 22.10.2023

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Стоимость, руб.	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)
				Б	Ж	У	
	Обед						
45	Винегрет овощной (с луком репчатым)	60	4,81	0,8	3,7	5,06	56,88
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	10,34	9,8	7,6	43,1	280,4
54-4м	Котлета из говядины	74	38,42	18,2	17,4	16,4	295,22
833	Соус красный основной	30	1,1	0,23	0,67	1,83	14,2
859	Компот из свежих плодов	180	4,59	0,2	0,2	22,3	110
8	Хлеб пшеничный	50	3,7	3,07	1,07	20,9	107,2
	Итого за обед:	544	62,96	32,3	30,64	109,59	863,9
604	Пряники	30	3,75	2,25	2,94	22,32	125,1
868	Компот из смеси сухофруктов	180	4,59	0,04	0	24,76	94,2
	Итого за полдник	210	8,34	2,25	2,94	22,32	125,1
	Итого за день	754	71,3	34,55	33,58	131,91	989

Повар



В.Ф.Ишмурзина



Меню
Междугорный филиал МБОУ «Октябрьская СОШ», для обучающихся 5-9 класса

с ОБЗ на 23.11.2023

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	стоимость, руб	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)
				Б	Ж	У	
	Обед						
54-11з	Салат из моркови и яблок	60	4,35	0,8	10,2	7,2	123,8
128	Пюре картофельное	150	15,7	2,89	4,23	16,17	173,2
54-3р	Котлета рыбная	60	27,57	13,9	7,4	6,3	147,2
833	Соус красный основной	30	1,1	0,23	0,67	1,83	14,2
648	Кисель	180	2,83	0	0	15,3	49,6
8	Хлеб пшеничный	45	3,33	3,07	1,07	20,9	107,2
	Итого за обед:	1030	54,88	20,89	23,57	67,7	615,2
	Полдник						
544	Булочка российская	60	8,6	4,1	4,2	28,5	168
399	Сок фруктовый	180	7,82	1	0,2	20,2	92
	Итого за полдник	240	16,42	5,1	4,4	48,7	260
	Итого за день	1270	71,3	25,99	27,97	116,4	875,2

Повар



В.Ф.Ишмурзина

Утверждаю
Заместитель директора по УВР



Л.Б.Игнатова

Меню
Междугорный филиал МБОУ «Октябрьская СОШ», для обучающихся 5-9 класса

с ОБЗ на 24.10.2023

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества(г)				Энергетическая ценность(ккал)
			Б	Ж	У		
	Обед						
54-13з	Салат из свежих помидоров	60	5,46	1,2	10,1	9,5	124
54-12м	Плов с курицей	170	47,8	27	8	33	315
548	Напиток из шиповника	180	6	0,4	0	31	120,64
8	Хлеб пшеничный	50	3,7	3,07	1,07	20,9	107,2
	Итого за обед:	460	62,96	31,67	19,17	94,4	666,84
	Полдник						
604	Пряники	30	3,75	2,25	2,94	22,32	125,1
859	Компот из свежих плодов	180	4,59	0,2	0,2	22,3	110
	Итого за полдник	210	8,34	2,45	3,14	44,62	235,1
	Итого за день	670	71,3	34,12	22,31	139,02	901,94

Повар



В.Ф.Ишмурзина