

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	
	<b>Обед</b>						
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
	<b>Итого за обед:</b>	<b>684</b>	<b>62,45</b>	<b>28,03</b>	<b>26,4</b>	<b>96,8</b>	<b>775,19</b>
	<b>Полдник</b>						
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
	<b>Итого за полдник</b>	<b>230</b>	<b>8,85</b>	<b>2,45</b>	<b>3,14</b>	<b>44,62</b>	<b>235,1</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>914</b>	<b>71,3</b>	<b>30,48</b>	<b>29,54</b>	<b>89,24</b>	<b>1010,29</b>

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	
<b>Обед</b>							
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
<b>Итого за обед:</b>		<b>542</b>	<b>61,9</b>	<b>32,3</b>	<b>30,64</b>	<b>109,59</b>	<b>863,9</b>
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
<b>Итого за полдник</b>		<b>200</b>	<b>9,4</b>	<b>2,25</b>	<b>2,94</b>	<b>22,32</b>	<b>125,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>742</b>	<b>71,3</b>	<b>34,55</b>	<b>33,58</b>	<b>131,91</b>	<b>989</b>

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	
	<b>Обед</b>						
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
	<b>Итого за обед:</b>	<b>544</b>	<b>62,96</b>	<b>32,3</b>	<b>30,64</b>	<b>109,59</b>	<b>863,9</b>
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
	<b>Итого за полдник</b>	<b>210</b>	<b>8,34</b>	<b>2,25</b>	<b>2,94</b>	<b>22,32</b>	<b>125,1</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>754</b>	<b>71,3</b>	<b>34,55</b>	<b>33,58</b>	<b>131,91</b>	<b>989</b>

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	
	<b>Обед</b>						
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
	<b>Итого за обед:</b>	<b>1030</b>	<b>54,88</b>	<b>20,89</b>	<b>23,57</b>	<b>67,7</b>	<b>615,2</b>
	<b>Полдник</b>						
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
	<b>Итого за полдник</b>	<b>240</b>	<b>16,42</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>48,7</b>	<b>260</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1270</b>	<b>71,3</b>	<b>25,99</b>	<b>27,97</b>	<b>116,4</b>	<b>875,2</b>

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		
	<b>Обед</b>						
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
	<b>Итого за обед:</b>	<b>460</b>	<b>62,96</b>	<b>31,67</b>	<b>19,17</b>	<b>94,4</b>	<b>666,84</b>
	<b>Полдник</b>						
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
	<b>Итого за полдник</b>	<b>210</b>	<b>8,34</b>	<b>2,45</b>	<b>3,14</b>	<b>44,62</b>	<b>235,1</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>670</b>	<b>71,3</b>	<b>34,12</b>	<b>22,31</b>	<b>139,02</b>	<b>901,94</b>

Повар



В.Ф.Ишмурзина