

Утверждаю
Заместитель директора по УВР



Л.Б.Игнатова

Меню
Междугорный филиал МБОУ «Октябрьская СОШ»,
для учащихся с ОВЗ 5-9 класса

на 02.10.2023

№ 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
688	Макаронные изделия отварные	150	6,9	5,52	4,52	26,45	202,14
54-16м	Тефтели из говядины с рисом	60	25,75	14,4	14,7	8,1	221,9
833	Соус красный основной	30	1,1	0,23	0,67	1,8	14,02
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:	530	46,85	24,22	24,86	84,61	712,14
604	Пряники	30	3,75	2,25	2,94	22,32	125,1
399	Сок фруктовый	180	20,7	0,2	20,2	92	110
	Итого за полдник	210	24,45	2,45	23,14	114,32	235,1
	Итого за день	740	71,3	49,3	47,36	139,18	319,71

Повар



В.Ф.Ишмурзина

Утверждаю
Заместитель директора по УВР

Л.Б.Игнатова

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

на 03.10.2023

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Стоимость, рублей	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
23	Салат из свежих помидоров с луком	60	5,46	1,2	10,1	9,5	124
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	10,34	9,8	7,6	43,1	280,4
54-2м	Гуляш из говядины	63	33,42	15,3	14,9	3,5	208,9
399	Сок фруктовый	200	8,69	1	0,2	20,2	92
8	Хлеб пшеничный	50	3,7	3,07	1,07	20,9	107,2
	Итого за обед:	523	61,61	30,37	33,87	97,2	812,5
Полдник							
604	Печенье	30	5,1	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	9,69	2,29	2,94	47,08	219,3
	Итого за день	#REF!	71,3	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!

Повар

В.Ф.Ишмурзина

Утверждаю
Заместитель директора по УВР



Л.Б.Игнатова

Меню
Междугорный филиал МБОУ «Октябрьская СОШ»,
для учащихся с ОВЗ 5-9 класса

на 04.10.2023

№ рец.	Прием пищи, наименовани е блюда	Масс а порц ии	стои мост ь, рубл ей	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	
				Б	Ж	У		
	Обед							
20	Салат из свежих огурцов	60	5,46	0,76	6,09	2,38	67,3	
54- 12м	Плов с курицей	175	32,05	29,92	8,9	36,5 2	346,1	
349	Компот из смеси сухофруктов	180	4,59	0,04	0	24,7 6	94,2	
8	Хлеб пшеничный	50	3,7	3,07	1,07	20,9	107,2	
	Итого за обед:	465	45,8	33,79	16,06	84,5 6	614,8	0
	Полдник							
283	Вафли	30	7,5	1	23,2	106, 2	125,1	
399	Сок фруктовый	200	18	1	0,2	20,2	92	
	Итого за полдник	230	25,5	2	23,4	126, 4	217,1	
	Итого за день	695	71,3	35,79	39,46	210, 96	831,9	

Повар



В.Ф.Ишмурзина