

Утверждаю
Заместитель директора по УВР



Л.Б.Игнатова

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

с ОБЗ на 09.10.2023

№ 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	5,1	2	0,8	4,6	42
197	Рассольник Петербургский (с перловой крупой)	180	5,1	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	66	35,2	15,3	14,9	3,5	208,9
349	Компот из смеси сухофруктов	200	5,1	0,04	0	24,76	94,2
8	Хлеб пшеничный	50	3,7	3,07	1,07	20,9	107,2
	Итого за обед:	706	61,1	28,03	26,4	96,8	775,19
Полдник							
604	Печенье	30	5,1	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	10,2	2,45	3,14	44,62	235,1
	Итого за день	936	71,3	30,48	29,54	89,24	1010,29

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 10.10.2023

Возрастная категория: с 12 лет и старше ОБЗ

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Стоимость, рублей	Пищевые вещества(г)		
				Б	Ж	У
	Обед					
54-7з	Салат из белокочанной капусты	60	6,28	2,5	10,17	10,33
54-28м	Жаркое по- домашнему из курицы	180	42,15	24,8	6,2	17,6
399	Сок фруктовый	180	7,82	1	0,2	20,2
8	Хлеб пшеничный	40	2,96	3,07	1,07	20,9
	Итого за обед:	460	59,21	31,37	17,64	69,03
	Полдник					
283	Вафли	30	7,5	1	23,2	106,2
868	Компот из смеси сухофруктов	180	4,59	0,04	0	24,76
	Итого за полдник	210	12,09	1,04	23,2	130,96
	Итого за день	670	71,3	32,41	40,84	199,99

Повар



В.Ф.Ишмурзина

Утверждаю
Заместитель директора по УВР



Л.Б.Игнатова

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

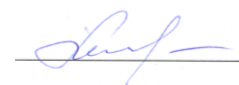
с ОБЗ на 11.10.2023

№ 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 12.10.2023

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Стоимость, рублей	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
54-7з	Салат из белокочанной капусты	60	3,97	2,5	10,17	10,33	143
128	Картофельное пюре	150	15,7	2,89	4,23	16,17	173,2
255	Биточки рыбные запеченные	75	30,83	15,96	5,64	11,51	160,5
833	Соус красный основной	30	1,1	0,23	0,67	1,83	14,2
648	Кисель	200	2,9	0	0	15,3	49,6
8	Хлеб пшеничный	50	3,7	3,07	1,07	20,9	107,2
Итого за обед:		565	58,2	24,65	21,78	76,04	647,7
Полдник							
544	Булочка российская	60	8	4,1	4,2	28,5	168
859	Компот из свежих плодов	200	5,1	0,2	0,2	22,3	110
Итого за полдник		260	13,1	4,3	4,4	50,8	278
Итого за день		825	71,3	28,95	26,18	126,84	925,7

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 13.10.2023

№ 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