

Утверждаю  
Заместитель директора по УВР



Л.Б.Игнатова

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

День: 09.10.2023 года ,понедельник

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	
	<b>Обед</b>						
71	Овощи натуральные свежие (огурец)	100	8,5	0,8	0,32	1,7	17
197	Рассольник Петербургский (с перловой крупой)	200	6,3	1,68	4,1	13,27	96,6
688	Макаронные изделия отварные	150	5,1	5,52	4,52	26,45	168,45
54-2м	Гуляш из говядины	100		10,2	9,9	2,34	139,26
349	Компот из смеси сухофруктов	180	4	0,04	0	24,76	94,2
8	Хлеб пшеничный	50	2,7	3,07	1,07	20,9	107,2
	<b>Итого за обед:</b>	<b>615</b>	<b>45,97</b>	<b>18,24</b>	<b>18,84</b>	<b>68,52</b>	<b>622,71</b>

Местный бюджет 4,18  
Областной бюджет 8  
Доплата родителей 60

Повар



В.Ф.Ишмурзина

Утверждаю  
Заместитель директора по УВР



Л.Б.Игнатова

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

**День: 10.10.2023 года , вторник**

**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	
	<b>Обед</b>						
54-7з	Салат из белокочанной капусты	60	6,57	2,5	10,17	10,33	143
113	Суп-лапша домашняя	250	11,11	2,27	3,99	12,6	113
54-28м	Жаркое по-домашнему из курицы	180	42,11	24,8	6,2	17,6	225,6
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
	<b>Итого за обед:</b>	<b>740</b>	<b>72,18</b>	<b>33,64</b>	<b>21,63</b>	<b>81,63</b>	<b>680,8</b>

Местный бюджет 4,18  
Областной бюджет 8  
Доплата родителей 60

Повар



В.Ф.Ишмурзина

Утверждаю  
Заместитель директора по УВР



Л.Б.Игнатова

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

День: 11.10.2023 года , среда

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	
	<b>Обед</b>						
45	Винегрет овощной (с луком репчатым)	60	4,81	0,8	3,7	5,06	56,88
187	Щи из свежей капусты с картофелем	200	8	2,1	5,9	10,2	67,8
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	10,34	9,8	7,6	43,1	280,4
54-4м	Котлета из говядины	75	39,13	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	200	5,1	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>765</b>	<b>72,18</b>	<b>34,4</b>	<b>36,54</b>	<b>119,79</b>	<b>931,7</b>

Местный бюджет 4,18

Областной бюджет 8

Доплата родителей 60

Повар



В.Ф.Ишмурзина

Утверждаю  
Заместитель директора по УВР



Л.Б.Игнатова

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

День: 12.10.2023 года ,четверг

Возрастная категория: с 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	стоимост ь, руб	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)
				Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>						
54-7з	Салат из белокочанной капусты	60	3,97	2,5	10,17	10,33	143
111	Суп с макаронными изделиями	200	9,01	2,27	2,84	14,14	104,75
128	Картофельное пюре	150	15,7	2,89	4,23	16,17	173,2
255	Биточки рыбные запеченные	90	35,8	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
	<b>Итого за обед:</b>	<b>780</b>	<b>72,18</b>	<b>26,92</b>	<b>24,62</b>	<b>90,18</b>	<b>752,45</b>

Местный бюджет 4,18  
Областной бюджет 8  
Доплата  
родителей 60

Утверждаю  
Заместитель директора по УВР



Л.Б.Игнатова

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

День: 13.10.2023 года ,пятница

Возрастная категория: с 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Стоимо сть, рублей	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)
				Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>						
23	Салат из свежих помидоров	60	5,46	1,2	10,1	9,5	124
111	Суп с макаронными изделиями	200	5,86	2,69	2,84	14,14	104,75
54-12м	Плов с курицей	180	51,16	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>670</b>	<b>72,18</b>	<b>34,36</b>	<b>22,01</b>	<b>108,54</b>	<b>771,59</b>
	Местный бюджет		4,18				
	Областной бюджет		8				
	Доплата родителей		60				

Повар



В.Ф.Ишмурзина