

Утверждаю
Заместитель директора по УВР



Л.Б.Игнатова

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

на 11.03.2024 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	
	Обед						
45	Винегрет овощной (с луком репчатым)	60	7,81	0,8	3,7	5,06	56,88
197	Рассольник Петербургский (с перловой крупой)	250	7,28	2,1	5,11	16,59	120,75
688	Макаронные изделия отварные	180	8,3	5,52	4,52	26,45	202,14
54-16м	Тефтели из говядины с рисом	100	43,89	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	200	5,1	0,2	0,2	22,3	110
8	Хлеб пшеничный	50	3,7	3,07	1,07	20,9	107,2
	Итого за обед:	870	77,18	26,32	29,97	101,2	832,89

Местный бюджет 4,18
Областной бюджет 8
Доплата родителей 65

Повар



В.Ф.Ишмурзина

Утверждаю
Заместитель директора по УВР



Л.Б.Игнатова

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

на 12.03.2024 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		
	Обед							
54-13з	Салат из свеклы отварной	100	6,5	1,3	4,5	7,7	76,2	
113	Суп-лапша домашняя	240	11,00	2,27	3,99	12,6	113	
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	180	12,41	9,8	7,6	43,1	280,4	
54-2м	Гуляш из говядины	65	34,88	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:	835	77,18	32,64	37,86	109,8	925,5	

Местный бюджет 4,18
Областной бюджет 8
Доплата родителей 65

Повар



В.Ф.Ишмурзина

Утверждаю



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

на 13.03.2024 года, среда

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	
Обед							
71	Овощи свежие долька	45	6,99	0,76	6,09	2,38	67,3
63	Борщ с фасолью и картофелем	180	7,52	3,545	5,1	14,53	118,25
54-12м	Плов с курицей	180	54,38	29,92	8,9	36,52	346,1
349	Компот из смеси сухофруктов	180	4,59	0,04	0	24,76	94,2
8	Хлеб пшеничный	50	3,7	3,07	1,07	20,9	107,2
	Итого за обед:	635	77,18	37,335	21,16	99,09	733,05

Местный бюджет 4,18
 Областной бюджет 8
 Доплата родителей 65

Повар



В.Ф.Ишмурзина



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

на 14.03.2024 года, четверг

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	
Обед							
20	Салат из свежих огурцов	40	6,41	0,76	6,09	2,38	67,3
111	Суп с макаронными изделиями	200	9,11	2,27	2,84	14,14	104,75
128	Картофельное пюре	150	11,46	2,89	4,23	16,17	173,2
255	Биточки рыбные запеченные	100	39,8	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
7	Хлеб ржаной	50	2,7	3,25	0,6	1,31	90,5
8	Хлеб пшеничный	50	3,7	3,07	1,07	20,9	107,2
	Итого за обед:	870	77,18	30,17	25,22	91,49	842,95

Местный бюджет 4,18
Областной бюджет 8
Доплата родителей 65

Повар



В.Ф.Ишмурзина

Утверждаю
Заместитель директора по УВР



Л.Б.Игнатова

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

На 15.03.2024 года,

Возрастная категория: с 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	стоимо сть, руб	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)
				Б	Ж	У	
	Обед						
23	Салат из свежих помидоров с луком	50	8,29	1,2	10,1	9,5	124
206	Суп картофельный с бобовыми с гренками	250	12,54	6,59	6,34	19,6	161,7
54-22м	Рагу из курицы	220	43,05	23,1	7,7	19,3	239
548	Напиток из шиповника	200	6,9	0,4	0	31	120,64
7	Хлеб ржаной	50	2,7	3,25	0,6	1,31	90,5
8	Хлеб пшеничный	60	3,7	3,07	1,07	20,9	128,6
	Итого за обед:	780	77,18	38,31	20,4 1	89,01	788

Местный бюджет 4,18
Областной бюджет 8
Доплата родителей 65

Повар



В.Ф.Ишмурзина