



Л.Б.Игнатова

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

на 11.03.2024 года, понедельник

№ 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)	75	9,84	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	70	30,9	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
	<b>Итого за обед:</b>	<b>835</b>	<b>65,71</b>	<b>24,22</b>	<b>24,86</b>	<b>84,61</b>	<b>712,14</b>
604	Пряники	30	3,90	2,25	2,94	22,32	125,1
399	Сок фруктовый	200	8,69	0,2	20,2	92	110
	<b>Итого за полдник</b>	<b>230</b>	<b>12,59</b>	<b>2,45</b>	<b>23,14</b>	<b>114,32</b>	<b>235,1</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1065</b>	<b>78,3</b>	<b>51,85</b>	<b>47,36</b>	<b>139,18</b>	<b>319,71</b>
	<b>Сумма дотации</b>		<b>78,3</b>				

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 12.03.2024 года, вторник

Возрастная категория: с 12 лет и старше ОВЗ

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Стоимость, рублей	Пищевые вещества(г)			Энергетич еская ценность( ккал)
				Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>						
54- 13з	Салат из свеклы отварной	100	6,5	1,3	4,5	7,7	76,2
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	10,34	9,8	7,6	43,1	280,4
54- 2м	Гуляш из говядины	70	36,97	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
	<b>Итого за обед:</b>	<b>526</b>	<b>66,2</b>	<b>30,37</b>	<b>33,8 7</b>	<b>97,2</b>	<b>812,5</b>
	<b>Полдник</b>						
604	Печенье	30	6	2,25	2,94	22,32	125,1
868	Компот из смеси сухофруктов	200	5,1	0,04	0	24,76	94,2
	<b>Итого за полдник</b>	<b>210</b>	<b>11,1</b>	<b>2,29</b>	<b>2,94</b>	<b>47,08</b>	<b>219,3</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>636</b>	<b>78,3</b>	<b>32,66</b>			<b>1036,8</b>
	<b>Сумма дотации</b>		<b>78,3</b>				

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 13.03.2024 года, среда

Возрастная категория: с 12 лет и старше ОВЗ

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	стоимость, рублей	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	
				Б	Ж	У		
	<b>Обед</b>							
71	Овощи свежие долька	40	5,64	0,76	6,09	2,38	67,3	
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	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>460</b>	<b>69,66</b>	<b>33,79</b>	<b>16,06</b>	<b>84,56</b>	<b>614,8</b>	<b>0</b>
	<b>Полдник</b>							
283	Вафли	20	5,4	1	23,2	106,2	125,1	
859	Компот из свежих плодов	180	4,59	0,2	0,2	22,3	110	
	<b>Итого за полдник</b>	<b>200</b>	<b>9,99</b>	<b>1,2</b>	<b>23,4</b>	<b>128,5</b>	<b>235,1</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>660</b>	<b>78,3</b>	<b>34,99</b>	<b>39,46</b>	<b>213,06</b>	<b>849,9</b>	

Сумма дотации **78,3**

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 14.03.2024 года, четверг

Возрастная категория: с 12 лет и старше ОВЗ

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Стоимость, руб	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)
				Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>						
20	Салат из свежих огурцов	40	6,41	0,76	6,09	2,38	67,3
128	Картофельное пюре	150	11,46	2,89	4,23	16,17	173,2
255	Биточки рыбные запеченные	99,5	39,64	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>628</b>	<b>65,21</b>	<b>24,65</b>	<b>21,78</b>	<b>76,04</b>	<b>647,7</b>
544	Булочка российская	60	8,5	4,1	4,2	28,5	168
859	Компот из свежих плодов	180	4,59	0,2	0,2	22,3	110
	<b>Итого за полдник</b>	<b>240</b>	<b>13,09</b>	<b>4,3</b>	<b>4,4</b>	<b>50,8</b>	<b>278</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>868</b>	<b>78,3</b>	<b>28,95</b>	<b>26,18</b>	<b>126,84</b>	<b>925,7</b>

Сумма дотации

78,3

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 15.03.2024 года, пятница

Возрастная категория: с 12 лет и старше ОВЗ

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Стоимость, руб.	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)
				Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>						
206	Суп картофельный с бобовыми с гречками	200	10,08	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	50	3,7	3,07	1,07	20,9	128,6
	<b>Итого за обед:</b>	<b>700</b>	<b>66,43</b>	<b>31,72</b>	<b>14,07</b>	<b>69,41</b>	<b>626,3</b>
604	Пряники	30	4,2	2,25	2,94	22,32	125,1
54-33хн-2020	Напиток апельсиновый	200	7,67	0,2	0	8	33
	<b>Итого за полдник</b>	<b>210</b>	<b>11,87</b>	<b>2,45</b>	<b>2,94</b>	<b>30,32</b>	<b>158,1</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>790</b>	<b>78,3</b>	<b>5,36</b>	<b>4,01</b>	<b>99,73</b>	<b>784,4</b>
	<b>Сумма дотации</b>		<b>78,3</b>				

Повар



В.Ф.Ишмурзина