

Муниципальное бюджетное  
общеобразовательное учреждение  
«Приобская средняя  
общеобразовательная школа»

**УТВЕРЖДАЮ**  
И.о. директора школы  
К.В. Заболотская  
04.03.2024г.

**Ежедневное меню основного питания**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Приобская средняя  
общеобразовательная школа»**

**Возрастная категория :учащиеся 12-17 лет ( завтрак 44 руб. )**

**04.03.2024 г.**

<b>Приём пищи</b>	<b>Наименование блюда</b>	<b>Выход блюда</b>	<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>
<b>ЗАВТРАК</b>	Запеканка «Царская» из творога со сгущенным молоком	200	312,00
	Какао с молоком	200	107,00
<b>ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:</b>		<b>400</b>	<b>419,00</b>

**05.03.2024 г.**

<b>Приём пищи</b>	<b>Наименование блюда</b>	<b>Выход блюда</b>	<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>
<b>ЗАВТРАК</b>	Сердце в соусе	120	177
	Макароны отварные	180	227,00
	Хлеб пшеничный	30	57,75
<b>ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:</b>		<b>330</b>	<b>461,75</b>

06.03.2024 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша пшеничная с маслом	200	206
	Бутерброд с маслом (хлеб пшеничный )	30/10	156
	Кофейный напиток	200	176
<b>ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:</b>		<b>440</b>	<b>538</b>

07.03.2024 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>	Курица запеченная с томатом	100	159
	Каша гречневая рассыпчатая	180	237,00
	Хлеб пшеничный	30	57,75
<b>ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:</b>		<b>310</b>	<b>453,75</b>

08.03.2024 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК	Рыба в морковной заливке	120	197,00
	Картофель тушеный	200	178,00
	Хлеб пшеничный	30	57,75
<b>ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:</b>		<b>330</b>	<b>432,75</b>
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1810</b>	<b>2305,25</b>
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>		<b>362</b>	<b>461,05</b>

### Обед (платный 124 руб.)

04.03.2024г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	64,00
	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	250/10/5	104
	Гуляш из говядины	100	164,00
	Каша гречневая рассыпчатая	180	237,00
	Сок фруктовый	200	129,00
	Хлеб ржаной	35	60,38
	Хлеб пшеничный	30	57,75
	<b>ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:</b>		<b>825</b>

05.03.2024г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ОБЕД</b>	Салат из соленых огурцов с луком	100	72
	Свекольник с мясом со сметаной	250/10/5	114,00
	Курица запеченная	100	165
	Капуста тушеная	180	117,00
	Компот из кураги	200	120
	Хлеб ржаной	35	60,38
	Хлеб пшеничный	30	57,75
<b>ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:</b>		<b>960</b>	<b>846,13</b>

06.03.2024г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ОБЕД</b>	Винегрет овощной	100	84,00
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	145
	Биточки рыбные	120	221,
	Пюре картофельное	180	159
	Сок овощной	200	129,00
	Хлеб пшеничный	30	57,75
	Хлеб ржаной	35	60,38

<b>ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:</b>	<b>725</b>	<b>919,13</b>
------------------------------	------------	---------------

07.03.2024г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ОБЕД</b>	Салат "Степной" из разных овощей	100	78
	Суп картофельный с горохом с мясом	250/10	144,00
	Котлета "Домашняя"	100	204,00
	Рагу из овощей	200	153,00
	Компот из смеси сухофруктов	200	63
	Хлеб пшеничный	30	57,75
	Хлеб ржаной	35	60,38
<b>ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:</b>		<b>665</b>	<b>760,13</b>

08.03.2024г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ОБЕД</b>	Салат из свежих огурцов	100	59,00
	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250/5	135,00
	Печень тушеная с овощами	120	166,00
	Рис припущенный	180	176,00
	Компот из ягод	200	68,00
	Хлеб пшеничный	30	57,75

	Хлеб ржаной	35	60,38
<b>ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:</b>		<b>1545</b>	<b>1442,88</b>
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>4720</b>	<b>4547,40</b>
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>		<b>944</b>	<b>909,48</b>