

Муниципальное бюджетное
общеобразовательное учреждение
«Приобская средняя
общеобразовательная школа»

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора школы
_____ К.В.Заболотская
12.02.2024г.

Ежедневное меню основного питания

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

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

12.02.2024 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом	205	179,38
	Батон пшеничный	80	211,00
	Сыр твердых сортов	10	25,00
	Масло сливочное (порциями)	10	67,00
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		305	482,38

13.02.2024 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК	Запеканка "Царская " из творога с молоком сгущенным	200	344
	Чай с сахаром	200	51
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		400	395

14.02.2024 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК	Икра кабачковая	100	75,00
	Печень тушеная с овощами	120	166,00
	Рис припущенный	180	176,00
	Хлеб пшеничный	30	57,75
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		430	474,75

15.02.2024 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК	Рыба запеченная	120	199
	Пюре картофельное	180	159
	Хлеб пшеничный	30	57,75
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		330	415,75

16.02.2024 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК	Курица запеченная	100	165
	Макароны отварные	180	227,00
	Хлеб пшеничный	30	57,75
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		310	449,75
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1775	2217,63
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД		355	443,53

Обед (платный 124 руб.)

12.02.2024г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД	Салат из свежих помидоров	100	62,50
	Уха " Рыбацкая"	250	144,00
	Мясо тушенное с капустой	250	266,00
	Хлеб ржаной	35	60,38
	Хлеб пшеничный	30	57,75
	Сок овощной	200	129,00
	ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		1370

13.02.2024г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД	Кукуруза консервированная(после термической обработки)	100	40,00
	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	250/10/5	104
	Рыба тушеная в томате с овощами	120/50	201
	Картофель отварной	180	156,00
	Хлеб ржаной	35	60,38
	Хлеб пшеничный	30	57,75
	Сок фруктовый	200	129,00
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		1505	1 261,13

14.02.2024г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД	Салат овощной	100	100,00
	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	127,00
	Курица припущенная с маслом	100/5	197,
	Макароны отварные	180	227,00
	Хлеб ржаной	35	60,38
	Хлеб пшеничный	30	57,75

	Напиток лимонный	200	63,00
	Кондитерское изделие промышленного производства	50	140,00
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		1455	1622,88

15.02.2024г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД	Огурцы свежие в нарезке	100	14
	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250/5	135,00
	Котлеты из мяса	100	226,
	Рагу из овощей	200	153,00
	Компот из смеси сухофруктов	200	63
	Хлеб ржаной	35	60,38
	Хлеб пшеничный	30	57,75
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		1630	1241,88

16.02.2024г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД	Салат из свеклы отварной с сыром	100	128,00
	Суп картофельный с горохом с мясом	250/10	144,00
	Бефстроганов из говядины	100	157,30

	Рис припущенный	180	176,00
	Сок фруктовый 0,2	200	129,00
	Хлеб ржаной	35	60,38
	Хлеб пшеничный	30	57,75
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		1585	1462,18
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		7545	6897
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД		1509	1379