



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Орловский УВК

Шеремет Р.М.

Дата 24.12.2023 год

МЕНЮ 1-4 классы завтрак 9 день

МЕНЮ 1-4 классы завтрак 9 день							
№ п/п	Наименование блюда	Выход		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
55	Салат из свеклы с солеными огурцами						
229	Рыба, тушеная в томате с овощами	1/60		0,85	3,62	3,77	51
128	Картофельное пюре	1/100		9,75	4,95	3,8	105
пр	Хлеб пшеничный	1/150		3,36	7,36	28	192
376	Чай с сахаром	1/30		2,37	0,3	14,49	70,14
пр	Хлеб ржаной	1/215		0,07	0,02	15	60
		1/20		1,38	0,24	8,48	42,8
Итого		575	90,46	17,78	16,49	73,54	520,94

МЕНЮ 1-4 классы обед (льготная категория)

МЕНЮ 1-4 классы обед (льготная категория)							
№ п/п	Наименование блюда	Выход		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
73	Икра кабачковая						
96	Рассольник ленинградский со сметаной	1/20		0,54	1,5	2,9	27
268	Котлеты мясные	1/200/3		1,75	4,82	9,76	96,3
203	Макароны с маслом	1/40		6	8	5,2	125
пр	Хлеб пшеничный	1/100		3,82	4,09	21,5	138
348	Компот	1/30		2,37	0,3	14,49	70,14
		1/180		0,6	0,08	32	128
	Итого						
		573	46,45	15,08	18,79	85,85	584,44

МЕНЮ 5-11 классы завтрак (льготная категория)

МЕНЮ 5-11 классы завтрак (льготная категория)							
№ п/п	Наименование блюда	Выход		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
55	Салат из свеклы с солеными огурцами						
229	Рыба, тушеная в томате с овощами	1/30		0,43	1,81	1,9	25,5
128	Картофельное пюре	1/100		9,75	4,95	3,8	105
пр	Хлеб пшеничный	1/150		3,36	7,36	28	192
376	Чай с сахаром	1/30		2,37	0,3	14,49	70,14
пр	Хлеб ржаной	1/215		0,07	0,02	15	60
		20		1,38	0,24	8,48	42,8
	Итого						
		545	58,02	17,36	14,68	71,67	495,44

МЕНЮ 5-11 классы обед (льготная категория)							
№ п/п	Наименование блюда	Выход		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
128	Картофельное пюре	1/100		9,75	4,95	3,8	105
пр	Хлеб пшеничный	1/150		3,36	7,36	28	192
376	Чай с сахаром	1/30		2,37	0,3	14,49	70,14
пр	Хлеб ржаной	1/215		0,07	0,02	15	60
		20		1,38	0,24	8,48	42,8
	Итого						
		545	58,02	17,36	14,68	71,67	495,44

МЕНЮ 5-11 классы обед (льготная категория, платная категория)

МЕНЮ 5-11 классы обед (льготная категория, платная категория)							
№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
73	Икра кабачковая	1/30	0,82	2,16	4,36	40,14	
96	Рассольник ленинградский со сметаной	1/200/3	1,75	4,82	9,76	96,3	
268	Котлеты мясные	1/40	6	8	5,2	125	
203	Макароны с маслом	1/150	4,51	4,8	25,2	161,8	
	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,3	14,49	70,14	
348	Компот	1/200	0,66	0,09	32,04	132,8	
	Итого	653	57,62	16,11	20,17	91,05	626,18

Зав. Производством Мер Голабурда М.В.Медицинская сестра Григорьева Дубикова Г.И.