

МОУ ТУМСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 46
 Филиал «Оськинская основная общеобразовательная школа»



О.В. Карпова

Ежедневное меню на 19 сентября 2023 г. (2-ой день - вторник)

| Наименование | Содержание | Норма в гр | Энергетическая ценность/ Ккал |
|---|---|--------------------|-------------------------------|
| Завтрак для обучающихся 1 – 4 классов | Гречка отварная | 180 | 181,62 |
| | Соус овощной томатный | 60 | 32,6 |
| | Тефтели из свинины | 80 | 283,4 |
| | Хлеб пшеничный/Яблоко | 40/100 | 109,6/47 |
| | Компот из сухофруктов/ Вафля | 200/ 40 | 111,20/ 206 |
| | С-витаминизация | 0,6 | Итого: 971,42 |
| Завтрак для обучающихся 5 – 9 классов | Гречка отварная | 200 | 201,80 |
| | Соус овощной томатный | 80 | 44 |
| | Тефтели из свинины | 100 | 354 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 164,4 |
| | Компот из сухофруктов/ Вафля | 200/ 60 | 111,20/ 309 |
| | С-витаминизация | 0,7 | Итого: 1184,4 |
| Обед для обучающихся 1 – 4 классов | Суп из свежей рыбы | 200 | 56,2 |
| | Нарезка из свежей капусты | 60 | 27,72 |
| | Плов из свинины /Хлеб ржаной | 180/ 40 | 373,5/ 103,6 |
| | Компот из свежих фруктов | 200 | 47,80 |
| | С-витаминизация | 0,6 | Итого: 608,82 |
| | Обед для обучающихся 5 – 9 классов | Суп из свежей рыбы | 250 |
| Нарезка из свежей капусты | | 80 | 36,96 |
| Плов из свинины | | 200 | 415 |
| Компот из свежих фруктов | | 200 | 47,80 |
| Хлеб ржаной | | 60 | 155,4 |
| С витаминизация | | 0,7 | Итого: 725,41 |
| Дополнительный обед для обучающихся ССт 1 – 4 /5 – 9 классов | Пряник | 30/30 | 109,8/109,8 |
| | Вафля | 40/ 60 | 206/ 309 |
| | Яблоко | 100/100 | 47/47 |
| | Итого: | | 362,8/465,8 |
| Дошкольные группы | | | |
| Завтрак - 9.00 | Каша молочная рисовая со сливочным маслом | 200 | 312,80 |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 100,80 |
| | Бутерброд со сливочным маслом | 40 | 170,68 |
| | Итого: 584,28 | | |
| Второй завтрак – 10.30 | Сок фруктовый | 180 | 82,80 |
| Обед – 12.30 | Суп из свежей рыбы | 200 | 41,60 |
| | Овощное рагу | 180 | 212,4 |
| | Мясо кур отварное | 80 | 195,20 |
| | Компот из свежих фруктов | 180 | 43,02 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 103,6 |
| | Итого: 595,82 | | |
| Полдник – 15.30 | Манные котлеты | 180 | 293,94 |
| | Сгущенное молоко | 40 | 123,6 |
| | Кисель | 180 | 102,71 |
| | Итого: 520,25 | | |
| | С витаминизация | 0,5 | |