

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



О.В. Карпова

Ежедневное меню на 20 сентября 2023 г. (3-ий день - среда)

Наименование	Содержание	Норма в гр	Энергетическая ценность/ Ккал
Завтрак для обучающихся 1 – 4 классов	Нарезка из свежих овощей	60	20,52
	Макароны отварные	180	176,40
	Соус овощной томатный	60	32,6
	Тефтели из свинины	80	283,4
	Компот из сухофруктов	200	111,20
	Хлеб пшеничный /Печенье	40/30	109,6 /125,1
	Фрукт (банан)	100	96
	С-витаминизация	0,6	Итого: 954,82
Завтрак для обучающихся 5 – 9 классов	Нарезка из свежих овощей	80	27,36
	Макароны отварные	200	196,00
	Соус овощной томатный	80	44
	Тефтели из свинины	100	354
	Компот из сухофруктов	200	111,20
	Хлеб пшеничный	60	164,4
	С-витаминизация	0,7	Итого: 896,96
Обед для обучающихся 1 – 4 классов	Щи со сметаной и курицей	200	72,20
	Творожно-манная запеканка	180	440,64
	Сгущенное молоко /Хлеб ржаной	60 /40	185,4/103,6
	Компот из сухофруктов	200	111,20
	С-витаминизация	0,6	Итого: 913,04
Обед для обучающихся 5 – 9 классов	Щи со сметаной и курицей	250	90,25
	Творожно-манная запеканка	200	489,60
	Сгущенное молоко	80	247,2
	Хлеб ржаной	60	155,4
	Компот из сухих фруктов	200	111,20
	С-витаминизация	0,7	Итого: 1093,65
Дополнительный обед для обучающихся ССт 1 – 4 /5 – 9 классов	Яблоко	100/100	47/47
	Печенье	30/45	125,1/187,65
			Итого: 172,1/234,65
Дошкольные группы			
Завтрак - 9.00	Каша молочная пшеничная со слив.маслом	200	206,20
	Кофейный напиток с молоком	180	100,80
	Бутерброд со сливочным маслом	40	170,68
			Итого: 477,68
Второй завтрак – 10.30	Фрукт (банан)	100	96
Обед – 12.30	Щи со сметаной и курицей	200	72,20
	Картофельное пюре	180	135
	Гуляш из курицы	80	188,08
	Компот из сухих фруктов	180/ 40	100,08
	Хлеб ржаной		103,6
			Итого: 598,96
Полдник – 15.30	Творожно-манная запеканка	180	440,64
	Сгущенное молоко/Чай с сахаром	40/180	123,6/75,06
			Итого: 639,3
	С витаминизация	0,5	