

Муниципальное бюджетное
общеобразовательное учреждение
«Приобская средняя
общеобразовательная школа»

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
К.В.Заболотская
12.05.2025г.

Ежедневное меню основного питания

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

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

12.05.2025 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК	Каша пшенная с маслом	200	206
	Какао с молоком	200	107,00
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		400	419,00

13.05.2025 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК			
	Мясо тушенное с капустой	200	224,00
	Хлеб пшеничный	30	57,75
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		230	281,75

14.05.2025 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК	Курица запеченная с томатом	100	159
	Бутерброд с маслом (хлеб пшеничный)	30/10	156
	Хлеб пшеничный	30	57,75
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		440	538

15.05.2025 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК	Печень тушеная с овощами	100	134,00
	Каша гречневая рассыпчатая	180	237,00
	Хлеб пшеничный	30	57,75
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		310	453,75

16.05.2025 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
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		330	432,75
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1810	2305,25

СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	362	461,05
-----------------------------------	------------	---------------

Обед (платный 129 руб.)

12.05.2025г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД			
	Суп картофельный с горохом с мясом	250/10	144,00
	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
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		725	879,13

13.05.2025г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД			
	Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной	250/10/5	135,00
	Печень тушеная с овощами	120	166,00
	Рис припущенный	180	176,00

	Компот из ягод	200	68,00
	Хлеб ржаной	35	60,38
	Хлеб пшеничный	30	57,75
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		860	846,13

14.05.2025г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД			
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	145
	Рыба запеченная	100	166
	Пюре картофельное	150	132
	Компот из кураги	200	120
	Хлеб ржаной	35	60,38
	Хлеб пшеничный	30	57,75
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		625	919,13

15.05.2025г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД			
	Уха "Рыбацкая"	250	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
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		665	760,13

16.05.2025г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД			
	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	250/10/5	104,00
	Курица припущенная с маслом	90/5	177,00
	Каша гречневая рассыпчатая	180	237,00
	Компот из ягод	200	68,00
	Хлеб пшеничный	30	57,75
	Хлеб ржаной	35	60,38
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		1545	1442,88
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		4720	4547,40
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД		944	909,48