

Муниципальное бюджетное
общеобразовательное учреждение
«Приобская средняя
общеобразовательная школа»

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
К.В.Заболотская
19.05.2025г.

Ежедневное меню основного питания

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

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

19.05.2025 г.

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

20.05.2025 г.

| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Энергетическая ценность (ккал) |
|------------------------------|-----------------------------|--------------------|---|
| ЗАВТРАК | Печень тушеная с овощами | 100 | 134,00 |
| | Рис припущенный | 150 | 148,00 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 57,75 |
| ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ: | | 280 | 339,75 |

21.05.2025 г.

| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Энергетическая ценность (ккал) |
|------------------------------|----------------------------|-------------|--------------------------------|
| ЗАВТРАК | Гуляш из говядины | 100 | 164,00 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 215,00 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 57,75 |
| ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ: | | 310 | 538 |

22.05.2025 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 |

23.05.2025 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.)

19.05.2025г.

| 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 |

20.05.2025г.

| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------|--|--------------------|---------------------------------------|
| ОБЕД | | | |
| | Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной | 250/10/5 | 135,00 |
| | Курица припущенная с маслом | 90/5 | 177, |
| | Макароны отварные | 180 | 226,00 |

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

21.05.2025г.

| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Энергетическая ценность (ккал) |
|------------------------------|--|-------------|--------------------------------|
| ОБЕД | | | |
| | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 145 |
| | Печень тушеная с овощами | 100 | 134,00 |
| | Рис припущенный | 180 | 177,00 |
| | Компот из кураги | 200 | 120 |
| | Хлеб ржаной | 35 | 60,38 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 57,75 |
| ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ: | | 625 | 919,13 |

22.05.2025г.

| 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: | | 665 | 760,13 |

23.05.2025г.

| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Энергетическая ценность (ккал) |
|-----------------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------------------|
| ОБЕД | | | |
| | Уха " Рыбацкая" | 250 | 144,00 |
| | Котлеты из мяса | 90 | 199, |
| | Рагу из овощей | 150 | 111,00 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 63 |
| | 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 |