



Утверждено-----

Неугодников М.В.

МЕНЮ
для учащихся 7-11 лет
МБОУ «Игримская СОШ имени Г.Е.Собянина»
на 20 января 2023 года

Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Овощи тушеные в сметане с мясом	50\150	2,60	6,30	13,40	120,70
Масло порционное	10	0,10	7,30	0,10	66,10
Хлеб пшеничный	50	3,50	3,50	23,40	111,50
Компот из свежих плодов	200	0,20	0,20	29,80	121,80
Кондитерское изделие	50	7,50	17,00	73,00	229,00
Всего:		13,90	34,30	139,70	649,10
Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Суп "Картофельный" с лапшой	250	2,40	4,30	6,60	75,10
Голубцы "Ленивые"	1/75	13,10	16,10	29,40	314,90
Рис отварной	1/180	11,64	19,48	100,00	621,90
Огурец консервированный (помидоры консервированные)	30	0,00	0,00	0,00	44,00
Фрукты свежие		0,30	0,00	29,30	118,40
Хлеб пшеничный	50	3,50	3,50	23,40	111,50
Хлеб ржаной	1/60	4,95	0,90	25,05	130,50
Компот из сухофруктов	1/200	0,10	0,10	21,20	85,70
Всего:		35,99	44,38	234,95	1502,00

Ответственный за питание:

Медицинский работник:



Утверждено _____

ММ

Неугодников М.В. *М.В. Неугодников*

МЕНЮ

для учащихся 11-17 лет

МБОУ «Игримская СОШ имени Г.Е.Собянина»

на 20 января 2023 года

Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Энергетическ ая ценность, ккал
Каша ячневая	210	5,40	10,90	28,20	234,10
Булочка домашняя	1/50	3,64	6,26	26,96	176,00
Хлеб пшеничный	50	3,50	3,50	23,40	111,50
Компот из свежих плодов	200	0,20	0,20	29,80	121,80
Всего:		12,74	20,86	108,36	643,40

Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Энергетическ ая ценность, ккал
Суп "Картофельный" с лапшой	250	2,40	4,30	6,60	75,10
Голубцы "Ленивые"	1/75	13,10	16,10	29,40	314,90
Рис отварной	1/180	11,64	19,48	100,00	621,90
Огурец консервированный (помидоры)	30	0,00	0,00	0,00	44,00
Хлеб пшеничный	50	3,50	3,50	23,40	111,50
Хлеб ржаной	1/60	4,95	0,90	25,05	130,50
Кондитерское изделие	50	7,50	17,00	73,00	229,00
Компот из сухофруктов	1/200	0,10	0,10	21,20	85,70
Всего:		43,19	61,38	278,65	1612,60

Ответственный за питание: _____ *ММ*

Медицинский работник: _____ *Тру*