

Утверждаю:
 Директор
 МБОУ "УНЬЮГАНСКАЯ СОШ №2"ИМ.АЛЬШЕВСКОГО М.И."
 О.А.Каратаева

 (подпись) (расшифровка подписи)

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
11 ЯНВАРЯ 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (грамм)	Энерг. цен. порции (ккал)	Норма	
				Объемы блюд (в гаммах - не менее)	Энерг.цен. (Ккал- не менее)
Неделя 1 День 3	Возрастная категория: 7-11 лет (1-4 классы, 76 рублей)				
Завтрак	Помидор консервированный	60	13,2		
	Рыба, запеченная в омлете	90	111		
	Картофельное пюре	150	181,5		
	Хлеб пшеничный	30	67,8		
	Хлеб ржано-пшеничный	20	37,8		
	Кофейный напиток с молоком	200	118,69		
	Мандарин	100	42,7		
Итого за завтрак		650	572,69	500	470
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (грамм)	Энерг. цен. Порции (ккал)		
Неделя 1 День 3	Возрастная категория: 12 лет и старше (5 - 11 классы, 70 рублей)				
Завтрак	Помидор консервированный	100	22		
	Рыба, запеченная в омлете	120	148		
	Картофельное пюре	200	241		
	Хлеб пшеничный	50	119		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	56,7		
	Кофейный напиток с молоком	200	118,69		
	Мандарин	100	42,7		
Итого за завтрак		800	748,09	550	544
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (грамм)	Энерг. цен. Порции (ккал)		
Неделя 1 День 3	Льготная категория учащихся, платные обеды за счет средств родителей (законных представителей) учащихся 7-11 лет				
Обед	Салат "Картофельный с сельдью"	60	64		
	Свекольник со сметаной	250	104,16		
	Курица в соусе с томатом	100	183,34		
	Рис отварной	150	215,06		
	Хлеб пшеничный	60	138,6		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	56,7		
	Сок фруктовый	200	84,8		
Итого за обед		850	846,66	700	705
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (грамм)	Энерг. цен. Порции (ккал)		
Неделя 1 День 3	Льготная категория учащихся, платные обеды за счет средств родителей (законных представителей) учащихся 12 лет и старше				
Обед	Салат "Картофельный с сельдью"	100	107		
	Свекольник со сметаной	250	104,16		
	Курица в соусе с томатом	140	256,6		
	Рис отварной	200	300,24		
	Хлеб пшеничный	70	166,6		
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,6		
	Сок фруктовый	200	84,8		
Итого за обед		1000	1095	800	816