

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

(подпись) (расшифровка подписи)

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**14 АПРЕЛЯ 2023 Г.**

| Прием пищи              | Наименование блюда   | Масса порции (грамм) | Энерг. цен. порции (ккал) | Норма                             |                             |
|-------------------------|--|----------------------|---------------------------|-----------------------------------|-----------------------------|
|                         |  |                      |                           | Объемы блюд (в гаммах - не менее) | Энерг.цен. (Ккал- не менее) |
| <b>Неделя 1 День 4</b>  | <b>Возрастная категория: 7-11 лет (1-4 классы, 76 рублей )</b>   |                      |                           |                                   |                             |
| <b>Завтрак</b>          | Помидор в нарезке  | 60                   | 12,83                     |                                   |                             |
|                         | Рыба, запеченная в омлете  | 100                  | 314,71                    |                                   |                             |
|                         | Картофельное пюре  | 150                  | 145,8                     |                                   |                             |
|                         | Хлеб пшеничный   | 30                   | 67,8                      |                                   |                             |
|                         | Хлеб "Столичный"   | 20                   | 42                        |                                   |                             |
|                         | Чай с молоком и сахаром  | 200                  | 53,5                      |                                   |                             |
| <b>Итого за завтрак</b> |  | <b>560</b>           | <b>636,64</b>             | <b>500</b>                        | <b>470</b>                  |
| Прием пищи              | Наименование блюда   | Масса порции (грамм) | Энерг. цен. Порции (ккал) |                                   |                             |
| <b>Неделя 1 День 4</b>  | <b>Возрастная категория: 12 лет и старше ( 5 - 11 классы, 76 рублей )</b>  |                      |                           |                                   |                             |
| <b>Завтрак</b>          | Помидор в нарезке  | 60                   | 12,83                     |                                   |                             |
|                         | Рыба, запеченная в омлете  | 100                  | 314,71                    |                                   |                             |
|                         | Картофельное пюре  | 180                  | 174,96                    |                                   |                             |
|                         | Хлеб пшеничный   | 50                   | 119                       |                                   |                             |
|                         | Хлеб "Столичный"   | 30                   | 63                        |                                   |                             |
|                         | Чай с лимоном  | 200                  | 61,62                     |                                   |                             |
| <b>Итого за завтрак</b> |  | <b>620</b>           | <b>746,12</b>             | <b>550</b>                        | <b>587,5</b>                |
| Прием пищи              | Наименование блюда   | Масса порции (грамм) | Энерг. цен. Порции (ккал) |                                   |                             |
| <b>Неделя 1 День 4</b>  | <b>Льготная категория учащихся, платные обеды за счет средств родителей (законных представителей) учащихся 7-11 лет</b>        |                      |                           |                                   |                             |
| <b>Обед</b>             | Салат "Мозайка"  | 60                   | 48,76                     |                                   |                             |
|                         | Борщ с капустой и картофелем   | 250                  | 86,15                     |                                   |                             |
|                         | Плов из отварной говядины  | 210                  | 390,37                    |                                   |                             |
|                         | Напиток апельсиновый   | 200                  | 37,42                     |                                   |                             |
|                         | Хлеб пшеничный   | 60                   | 138,6                     |                                   |                             |
|                         | Хлеб "Столичный"   | 30                   | 63                        |                                   |                             |
|                         | Йогурт сливочный   | 100                  | 90                        |                                   |                             |
| <b>Итого за обед</b>    |  | <b>910</b>           | <b>854,3</b>              | <b>700</b>                        | <b>705</b>                  |
| Прием пищи              | Наименование блюда   | Масса порции (грамм) | Энерг. цен. Порции (ккал) |                                   |                             |
| <b>Неделя 1 День 4</b>  | <b>Льготная категория учащихся, платные обеды за счет средств родителей (законных представителей) учащихся 12 лет и старше</b> |                      |                           |                                   |                             |
| <b>Обед</b>             | Салат "Мозайка"  | 80                   | 65,01                     |                                   |                             |
|                         | Борщ с капустой и картофелем   | 250                  | 86,15                     |                                   |                             |
|                         | Плов из отварной говядины  | 260                  | 464,72                    |                                   |                             |
|                         | Напиток апельсиновый   | 200                  | 37,42                     |                                   |                             |
|                         | Хлеб пшеничный   | 70                   | 166,6                     |                                   |                             |
|                         | Хлеб "Столичный"   | 40                   | 84                        |                                   |                             |
|                         | Йогурт сливочный   | 100                  | 90                        |                                   |                             |
| <b>Итого за обед</b>    |  | <b>1000</b>          | <b>993,9</b>              | <b>800</b>                        | <b>816</b>                  |