

МБОУ «Миняровская ООШ»

Директор

Исхаков И.Х./



**Меню  
Понедельник  
2 неделя**

**(1-4 кл)**

Наим. блюд	Выход (гр.)м/с	Эн.ценность, ккал
1.Плоды и ягоды (Яблоки)	100	47,0
2.Икра морковная	60	56,2
3.Фрикадельки "Особые" в соусе П/Ф	50/50	261,21
4.Каша рассыпчатая гречневая	150	170,0
5.Чай полусладкий	200	21,04
6.Хлеб пш.	30	71
7.Хлеб рж.	20	44
		<b>646,35</b>

**(5-9кл)**

Наим. блюд	Выход (гр.)м/с	Эн.ценность, ккал
1. Икра морковная	60	56,2
2. Фрикадельки "Особые"с соусом томатным П/Ф	50/50	261,21
3. Каша гречневая рассыпчатая	180	204,0
4. Чай полусладкий	200	21,04
5. Хлеб рж	30	66
6. Хлеб пш	50	118
		<b>726,8</b>

МБОУ «Миньярская СОШ»



**Меню**

**Вторник  
2 неделя**

**(1-4 кл)**

Наим. блюд	Выход (гр.)м/с	Эн.ценность, ккал
1.Салат из картофеля с солеными огурцами	60	80,2
2.Плов из птицы	50/150	364,0
3.Чай с лимоном(полусладкий)	200/10/7	63,0
4.Хлеб пш.	30	71
5.Хлеб рж	20	44
		<b>598,0</b>

**(5-9кл)**

Наим. блюд	Выход (гр.)м/с	Эн.ценность, ккалл
1.Салат из картофеля с солеными огурцами	60	56,0
2.Плов из птицы	50/150	364,0
3.Чай с лимоном(полусладкий)	200/10/7	63,0
4.Хлеб рж	30	66
5.Хлеб пш	50	118
6.Печенье	48	199,60
		<b>866,9</b>

2.3  
МБОУ «Миняровская СОШ»



Исхаков И.Х./

### Меню

### Среда 2 неделя

(1-4кл)

Наименование блюд	Выход (гр.)м/с	Эн.ценность, ккал
1.Салат из свежей капусты	60	52,44
2.Биточки рыбные Морячка	80	123,2
3.Пюре картофельное с маслом	150/5	172,0
4.Кофейный напиток с молоком	200	114,20
5.Хлеб пш.	30	71
6.Хлеб рж	20	44
		<b>576,84</b>

(5-9кл)

Наим. блюд	Выход (гр.)м/с	Эн.ценность, ккал
1. Салат из свежей капусты	60	52,44
2. Биточки рыбные Морячка	80	123,2
3. Картофельное пюре с маслом	180/5	206,4
4. Чай полусладкий с молоком	200	46,0
5. Хлеб рж	30	66,0
6. Хлеб пш	50	118
		<b>612,04</b>

МБОУ «Миняровская ООШ»



Директор

/ Исхаков И.Х./

**Меню  
Четверг  
2 неделя**

**(1-4 кл)**

Наим. блюд	Выход (гр.)м/с	Эн.ценность, ккал
1.Салат "Степной"	60	78,3
2.Суп картофельный с бобовыми на мясокостном бульоне (говяжий)	250	160,96
3.Какао с молоком(полусладкий)	200	113,67
4.Хлеб пш.	30	71
5.Хлеб рж	20	44
		<b>596,65</b>

**(5-9кл)**

Наим. блюд	Выход (гр.)м/с	Эн.ценность, ккалл
1.Винегрет Дары осени	80	82,4
2.Суп картофельный с бобовыми на мясокостном бульоне (говяжий)	250	148,25
3.Чай с лимоном(полусладкий)	200/10/7	63,0
4.Хлеб рж	30	66
5.Хлеб пш	50	118
6.Пряники	34	129,00
		<b>606,65</b>

МБОУ «Миняровская ООШ»  
 Директор  
 Исхаков И.Х./



**Меню  
 Пятница  
 2 неделя**

**(1-4кл)**

Наименование блюд	Выход (гр.)м/с	Эн.ценность,ккал
1.Салат из свеклы отварной	60	56,0
2.Котлеты “Любимые”п/ф с овощами(фасоль стручковая)	75/15	190,3
3.Рис отварной с маслом	150/5	210,0
4.Чай полусладкий	200	21,04
5.Хлеб пш.	30	71
6.Хлеб рж	20	44
		<b>566,04</b>

**(5-9кл)**

Наим. блюд	Выход (гр.)м/с	Эн.ценность,ккал
1.Салат из зеленого горошка с маслом раст	50	41,80
2.Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	164,00
3.Каша рисовая вязкая	180/5	166,0
4.Чай полусладкий	200	21,04
5.Хлеб рж	30	66
6.Хлеб пш	50	118
7.Яблоко св	100	47
		<b>624,04</b>

МБОУ «Мишняровская ООШ»

Директор

Исхаков И.Х./



### Меню

**Суббота  
2 неделя**

**(1-4кл)**

Наименование блюд	Выход (гр.)м/с	Эн.ценность,ккал
1.Апельсины	100	43,10
2.Салат “Здоровье”	60	33,0
3.Сосиски отварные	100	108,0
4.Макароны отварные с маслом	150/5	187,0
4.Чай с лимоном(полусладкий)	200/10/7	63,0
6.Хлеб пш.	30	71
7.Хлеб рж.	20	44
		<b>662,0</b>

**(5-9кл)**

Наим. блюд	Выход (гр.)м/с	Эн.ценность,ккал
1. Салат “Здоровье”	60	33,0
2. Биточки “Рябушка”П/Ф с овощами(мексиканская смесь)	75/25	182,98
3. Каша гречневая вязкая	180/5	204,0
4. Чайс с лимоном полусладкий	200/10/5	63,0
5. Хлеб рж	30	66
6. Хлеб пш.	50	118
		<b>667,28</b>