



МБОУ «Миньяровская ООШ»

Директор

Исхаков И.Х./

Меню

Среда
2 неделя

(1-4кл)

Наименование блюд	Выход (гр.)м/с	Эн.ценность, ккал
1.Салат из квашеной капусты	60	56,0
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
		580,4

(5-9кл)

Наим. блюд	Выход (гр.)м/с	Эн.ценность, ккал
1. Салат из квашеной капусты	60	56,0
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
		615,9

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
		596,65

(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
		606,65

МБОУ «Миньярская СОШ»
 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
		566,04

(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
		624,04

МБОУ «Миньярская 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
		662,0

(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
		667,28