

Муниципальное общеобразовательное учреждение Усть-Ордынская средняя общеобразовательная школа № 4 имени В.Б. Сибиданова  
 669001, Иркутская область, Эхирит-Булагатский район, пос. Усть-Ордынский ул. Буденного, 2  
 тел. 8(39541)35346, http: u-orda4.ebirg138.ru, e-mail: u-orda\_4@mail.ru

**МЕНЮ день 1**



№ рецеп	Прием пищи, наименование блюда	Масса 1 порции 11-18 лет	Энергетическая ценность (ккал) 11-18 лет	Пищевые вещества (химический состав), г		
				Б 11-18 лет	Ж 11-18 лет	У 11-18 лет
<b>завтрак</b>						
	Каша гречневая	60,00	54,00	1,92	0,48	10,26
Промышленный выпуск	Яйца вареные	50,00	78,50	6,35	5,45	0,35
	Салат из свежей капусты	200,00	84,00	3,60	3,8	9,20
Промышленный выпуск	Масло сливочное	20,00	148,00	0,14	16,40	0,14
		330,00	364,50	12,01	26,13	19,95
<b>обед</b>						
	Борщ с говядиной без картофеля	200,00	126,00	8,80	7,2	11,00
Промышленный выпуск	Котлета куринная	100,00	222,00	18,20	10,40	13,80
Промышленный выпуск	хлеб ржаной	40,00	100,00	5,20	1,20	16,00
	Компот из смеси сухофруктов без сахара	200,00	120,00	1,60	0,00	28,40
	<b>итого обед</b>	<b>540,00</b>	<b>568,00</b>	<b>33,80</b>	<b>18,80</b>	<b>69,20</b>

Повар  
 Медицинский работник

Н.З. Манданова  
 Н.Т. Манхирова

Муниципальное общеобразовательное учреждение Усть-Ордынская средняя общеобразовательная школа № 4 имени В.Б. Сибиданова  
 669001, Иркутская область, Эхирит-Булагатский район, пос. Усть-Ордынский ул. Буденного, 2  
 тел. 8(39541)35346, http: u-orda4.ehrit38.ru, e-mail: u-orda\_4@mail.ru

**МЕНЮ день 2**



№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса 1 порции 11-18 лет	Энергетическая ценность (ккал) 11-18 лет	Пищевые вещества (химический состав), г		
				Б 11-18 лет	Ж 11-18 лет	У 11-18 лет
<b>завтрак</b>						
	Каша ячневая	60,00	45,60	1,38	0,18	9,42
	Масло сливочное	40,00	148,00	0,14	16,40	0,14
Промышленный выпуск	Салат из овощей (помидоры, огурцы,	200,00	58,00	1,60	2,4	8,20
	Компот из смеси сухофруктов без сахара	200,00	120,00	1,60	0,00	28,40
		500,00	371,60	4,72	18,98	46,16
<b>обед</b>						
	Отварная курица	200,00	306,00	60,80	7,00	0,00
	Салат из овощей (помидоры, огурцы, зелень)	200,00	58,00	1,60	2,40	8,20
Промышленный выпуск	хлеб ржаной	40,00	100,00	5,20	1,20	16,00
	Чай без сахара	200,00	0,00	0,20	0,00	0,00
	<b>итого обед</b>	<b>640,00</b>	<b>464,00</b>	<b>67,80</b>	<b>10,60</b>	<b>24,20</b>

Повар  
 Медицинский работник

Н.З. Манданова  
 Н.Т. Манхирова

Муниципальное общеобразовательное учреждение Усть-Ордынская средняя общеобразовательная школа № 4 имени В.Б. Сибиданова  
 669001, Иркутская область, Эхирит-Булагатский район, пос. Усть-Ордынский ул. Буденного, 2  
 тел. 8(39541)35346, http: u-orda.ehrit38.ru, e-mail: u-orda\_4@mail.ru

**МЕНЮ день 3**

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОУ Усть-Ордынская СОШ № 4

Им. В.Б. Сибиданова  
 Е.В. Галкин



№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса 1 порции 11-18 лет	Энергетическая ценность (ккал) 11-18 лет	Пищевые вещества (химический состав), г		
				Б 11-18 лет	Ж 11-18 лет	У 11-18 лет
<b>завтрак</b>						
	Каша перловая	60,00	65,40	1,86	0,24	13,32
Промышленный выпуск	Масло сливочное	40,00	148,00	0,14	16,40	0,14
Промышленный выпуск	Яйца вареные	50,00	78,50	6,35	5,45	0,35
Промышленный выпуск	Кефир обезжиренный	200,00	60,00	6,00	0,20	7,60
		350,00	351,90	14,35	22,29	21,41
<b>обед</b>						
	Мясная котлета	100,00	260,00	18,00	20,00	0,00
	Салат из овощей (помидоры, огурцы, зелень)	200,00	58,00	1,60	2,40	8,20
Промышленный выпуск	хлеб ржаной	40,00	100,00	5,20	1,20	16,00
	Компот из смеси сухофруктов без сахара	200,00	120,00	1,60	0,00	28,40
	<b>итого обед</b>	<b>540,00</b>	<b>538,00</b>	<b>26,40</b>	<b>23,60</b>	<b>52,60</b>


Повар  
 Медицинский работник

Н.З. Манданова  
 Н.Т. Манхинова

Муниципальное общеобразовательное учреждение Усть-Ордынская средняя общеобразовательная школа № 4 имени В.Б. Сибиданова  
 669001, Иркутская область, Эхирит-Булагатский район, пос. Усть-Ордынский ул. Буденного, 2  
 тел. 8(39541)35346, http: u-orda.ehni38.ru, e-mail: u-orda\_4@mail.ru

**МЕНЮ день 4**

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МОУ Усть-Ордынская СОШ № 4  
 им. В.Б. Сибиданова  
 Е.В. Галкин



№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса 1 порции 11-18 лет	Энергетическая ценность (ккал) 11-18 лет	Пищевые вещества (Химический состав), г		
				Б 11-18 лет	Ж 11-18 лет	У 11-18 лет
<b>завтрак</b>						
	Каша овсянная	60,00	210,00	8,40	4,50	33,60
Промышленный выпуск	Фрукты плодовые (яблоко)	200,00	94,00	8,00	8,00	19,60
	Салат из овощей (помидоры, огурцы,	200,00	58,00	1,60	2,40	8,20
	Морс из фруктов без сахара	200,00	84,00	0,00	0,00	20,00
		660,00	446,00	18,00	14,90	81,40
<b>обед</b>						
	Суп картофельный с консервой	200	78,00	2,80	2,2	13,20
	Салат из свежей капусты	200,00	84,00	3,60	3,8	9,20
Промышленный выпуск	хлеб ржаной	40,00	100,00	5,20	1,20	16,00
Промышленный выпуск	Кефир обезжиренный	200,00	60,00	6,00	0,20	7,60
	<b>итого обед</b>	<b>640,00</b>	<b>322,00</b>	<b>17,60</b>	<b>7,40</b>	<b>46,00</b>

Повар  
 Медицинский работник

Н.З. Манданова  
 Н.Т. Манхирова

Муниципальное общеобразовательное учреждение Усть-Ордынская средняя общеобразовательная школа № 4 имени В. Б. Сибиданова  
 669001, Иркутская область, Эхирит-Булагатский район, пос. Усть-Ордынский ул. Буденного, 2  
 тел. 8(39541)35346, http: u-orda4.ehrit38.ru, e-mail: u-orda\_4@mail.ru

**МЕНЮ день 5**

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОУ Усть-Ордынская СОШ № 4

Им. В. Б. Сибиданова

Е. В. Галкин



№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса 1 порции 11-18 лет	Энергетическая ценность (ккал) 11-18 лет	Пищевые вещества (химический состав), г		
				Б 11-18 лет	Ж 11-18 лет	У 11-18 лет
<b>завтрак</b>						
	Каша гречневая	60,00	54,00	1,98	0,48	1,26
Промышленный выпуск	Масло сливочное	20,00	126,00	8,80	7,20	11,00
Промышленный выпуск	Кефир обезжиренный	200,00	60,00	6,00	0,20	7,60
Промышленный выпуск	Фрукты цитрусовые (мандарин)	200,00	66,00	1,60	4,00	15,00
				480,00	18,38	34,86
<b>обед</b>						
	Щи из овсяины со свежей капустой	200	62,00	1,80	4,2	6,20
	Котлета куринная	150,00	333,00	27,30	15,60	20,70
Промышленный выпуск	хлеб ржаной	40,00	100,00	5,20	1,20	16,00
Промышленный выпуск	Фрукты плодовые (яблоко)	200,00	94,00	8,00	8,00	19,60
<b>итого обед</b>				<b>590,00</b>	<b>42,30</b>	<b>62,50</b>

Повар  
 Медицинский работник

Н.З. Манданова  
 Н.Т. Манхинова