

 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МОУ «Черемушская ООШ»  
 Е.С.Ярыгина  
 « 31 » августа 2022 года

### Меню обедов для обучающихся 1 - 4 классов

Название блюда	Выход (вес порции (мл.или гр.))	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Четверг - 01.09.2022г.</b>		
Суп картофельный с бобовыми (горох) на м/б	200	154,720
Мясо тушеное с овощами в соусе	200	268,000
Компот из сушеных фруктов (курага)	200	134,000
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
Фрукт (яблоко)	100	44,00
<b>ИТОГО</b>	<b>750</b>	<b>655,72</b>
<b>Пятница - 02.09.2022г.</b>		
Суп картофельный с крупой на к/б	200	152,600
Котлеты или биточки рыбные, запеченные	90	109,130
Картофель отварной	150	156,000
Огурец (свежий или консервированный)	60	50,400
Напиток из плодов шиповника	200	87,780
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
<b>ИТОГО</b>	<b>750</b>	<b>654,91</b>

**ТВЕРЖДАЮ**  
 Директор МОУ «Черемушская СОШ»  
 Е.С. Ярыгина  
 «31» августа 2022 года



### Меню обедов для обучающихся 5 - 9 классов

Название блюда	Выход (вес) порции (мл.или гр.)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Четверг - 01.09.2022г.</b>		
Суп картофельный с бобовыми (горох) на м/б	250	193,400
Мясо тушеное с овощами в соусе	250	335,000
Компот из сушеных фруктов (курага)	200	134,000
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
Фрукт (яблоко)	100	44,000
<b>ИТОГО</b>	<b>850</b>	<b>805,40</b>
<b>Пятница - 02.09.2022г.</b>		
Суп картофельный с крупой на к/б	250	190,750
Котлеты или биточки рыбные, запеченные	100	121,250
Картофель отварной	180	187,200
Огурец (свежий или консервированный)	100	84,000
Напиток из плодов шиповника	200	87,780
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
<b>ИТОГО</b>	<b>880</b>	<b>769,98</b>