

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
 «АКСАКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»  
 461605 Оренбургская область, Бугурусланский район, с. Аксаково, пер. Дорожный 8  
 телефон: 53-1-49, e – mail: shkola-aksakowo@mail.ru



Директор школы: В.А.Ивлиев /Утверждаю/

**МЕНЮ**  
 на «6» марта 2025

День 1. Возрастная категория: от 12 до 18 лет

Прием пищи	Раздел меню	№ рецептуры	Название блюда	Масса г.	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Калорийность ккал	
<i>Завтрак</i>		54-1з	Сыртвердых сортов в нарезке	30	7	8.9	0	107.5	
	Гор. блюдо	54-9к	Каша вязкая молочная овсяная	200	8.6	11.3	34.3	272.8	
		54-6о	Яйцо вареное	40	4.8	4	0.3	56.6	
	Гор. напиток	54-2гн	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8	
			Хлеб	Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0.4	10
	Фрукт	Пром.	Банан	140	2.1	0.7	29.4	132.3	
	Хлеб	Пром.	Хлеб пшеничный	45	3.4	0.4	22.1	105.5	
				<b>Итого за Завтрак</b>	<b>685</b>	<b>28.1</b>	<b>25.7</b>	<b>102.5</b>	<b>752.7</b>
	<i>Обед</i>	Закуска	54-3з	Помидор в нарезке	80	0.9	0.2	3	17.1
		1 блюдо	54-4с	Рассольник домашний	250	5.7	7.1	14.5	145.1
Гарнир			54-10г	Картофель отварной в молоке	180	5.4	6.6	31.8	208.4
2 блюдо		54-16м	Тефтели из говядины с рисом	100	14.5	14.6	8.1	221.9	
		54-2соус	Соус белый основной	50	1.4	1.9	2.2	31.2	
Напиток		54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0	19.8	81	
Хлеб бел.		Пром.	Хлеб пшеничный	60	4.6	0.5	29.5	140.6	
Хлеб черн.		Пром.	Хлеб ржаной	30	2.3	0.2	14.8	70.3	
				<b>Итого за Обед</b>	<b>950</b>	<b>35.3</b>	<b>31.1</b>	<b>123.7</b>	<b>915.6</b>
				<b>Итого за день</b>	<b>1635</b>	<b>63.4</b>	<b>56.8</b>	<b>226.2</b>	<b>1668.3</b>