

Филиал МАОУ СОШ с. Окунево Пегановская СОШ

ул.Школьная, д.25, с.Пеганово, Бердюжский р-н, Тюменская обл., 627450, тел(34554) 34-1-44

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая филиалом

Летунова С.А. Летунова С.А.

МЕНЮ

5 день

на 06.10.2020

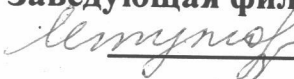
С 7 до 11 лет	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Завтрак						
Бутерброд с сыром	20/15	5,4	5,9	9,8	114	10,21
Каша рисовая молочная жидкая с маслом	200/5	7,0	7,2	34,0	229	10,60
Кофейный напиток	200	2,2	1,9	17,0	94	4,10
Хлеб ржаной	15	1,3	0,2	6,7	35	0,63
Йогурт	150	3,9	1,8	11,0	76	11,63
Обед						
Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,7	5,8	7,3	81	10,81
Рассольник ленинградский с мясом, со сметаной	250/10/5	4,9	5,7	16,3	136	33,70
Фрикадельки из кур запеченные с маслом	80/5	11,4	14,5	6,2	201	38,44
Капуста тушеная	180	4,3	7,0	14,0	136	9,87
Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	22,8	97	5,34
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	118	1,68
Хлеб ржаной	15	1,0	0,2	5,0	26	0,63
Йогурт	200	3,9	1,8	11,0	76	28,00
Барни	30	1,5	2,1	19,0	101	17,80
Печенье	68	1,5	2,1	19,0	101	6,16
итого						189,60

С 11 и старше						
Завтрак						
Бутерброд с сыром	20/15	5,4	5,9	9,8	114	10,19
Каша рисовая молочная жидкая с маслом	200/5	7,0	7,2	34,0	229	12,88
Кофейный напиток	200	2,2	1,9	17,0	94	4,10
Хлеб пшеничный	80	3,0	0,3	19,7	94	3,36
Хлеб ржаной	50	2,0	0,4	10,0	52	2,10
Йогурт	150	3,9	1,8	11,0	76	11,63
Обед						
Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,7	5,8	7,3	81	8,45
Рассольник ленинградский с мясом, со сметаной	250/10/5	4,9	5,7	16,3	136	24,85
Фрикадельки из кур запеченные с маслом	100/5	12,8	15,9	7,0	222	38,8
Капуста тушеная	180	4,3	7,0	14,0	136	13,5
Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	22,8	97	3,69
Хлеб пшеничный	80	7,3	0,8	47,2	226	3,36
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	2,10
Йогурт	100	3,9	1,8	11,0	76	14,0
Барни	50	1,5	2,1	19,0	101	29,67
Печенье	124	1,5	2,1	19,0	101	6,92
итого						189,60

Повар: *Медведева М.Л.* Медведева М.Л.

Филиал МАОУ СОШ с. Окунево Пегановская СОШ

ул.Школьная, д.25, с.Пеганово, Бердюжский р-н, Тюменская обл., 627450, тел(34554) 34-1-44

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая филиалом
 **Летунова С.А.**

МЕНЮ

5 день

на 06.10.2020

Возрастная категория: с 7-11 лет

	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
С 7 до 11 лет						
Бутерброд с сыром	20/15	5,4	5,9	9,8	114	10.66
Каша рисовая молочная жидкая с маслом	200/5	7,0	7,2	34,0	229	14,51
Чай с молоком	200	4,2	3,5	19,5	126	5.33
Хлеб ржаной	15	1,3	0,2	6,7	35	0.84
Йогурт	154	3,9	1,8	11,0	76	11,94
Печенье Барни	30	1,5	2,1	19,0,	101	17,80
Печенье	104	1,5	2,1	19,0	101	9,46
Печенье Чокопай	28	1,5	2,1	19,0	101	9,46
итого						80,00

С 11 и старше						
Бутерброд с сыром	20/15	5,4	5,9	9,8	114	10.97
Каша рисовая молочная жидкая с маслом	200/5	7,0	7,2	34,0	229	13,18
Чай с молоком	200	4,2	3,5	19,5	126	5,33
Хлеб пшеничный	50	3,0	0,3	19,7	94	2,10
Хлеб ржаной	37	2,0	0,4	10,0	52	1.55
Йогурт	150	3,9	1,8	11,0	76	11,63
Печенье	87	1,5	2,1	19,0	101	7,94
Барни	30	1,5	2,1	19,0	101	17,8
Печенье «К кофе»	50	1,5	2,1	19,0	101	9,50
итого						80,00

Повар:



Медведева М.Л.