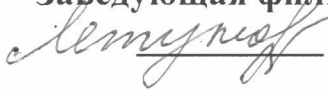


Филиал МАОУ СОШ с. Окунево Пегановская СОШ

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

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая филиалом

 **Летунова С.А.**

МЕНЮ

1 день

на 14.10.2020

Возрастная категория: с 7-11 лет

С 11 и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Салат из белокочанной капусты	100	10,5	12,1	4,8	170	4,07
Бефстроганов	180	3,1	2,9	38,7	193	30,69
Макароны отварные	200	0,5	0,2	20,8	87	5,29
Напиток из шиповника	50	3,8	0,4	24,6	118	3,69
Хлеб пшеничный	50	2,0	0,4	10,0	52	2,10
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	35	0,92
Печенье	55	1,0	1,5	13,8	73	4,74
Йогурт	100	3,9	1,8	11,0	76	14,00
Сок	200	0,7	0,0	12,2	52	14,50
итого						80.00

С 7 до 11 лет						
Салат из белокочанной капусты	80	1,3	3,1	7,7	64	5,17
Бефстроганов	100	10,5	12,1	4,8	170	31,93
Макароны отварные	150	2,9	2,5	33,8	169	4,99
Напиток из шиповника	200	0,5	0,2	20,8	20,8	3,69
Печенье	25	1,0	1,5	13,8	73	1,78
Йогурт	100	3,9	1,8	11,0	76	14,00
Хлеб пшеничный	54	3,0	0,3	19,7	94	2,10
Хлеб ржаной	40	1,3	0,2	6,7	35	1,84
Сок	200	0,7	0,0	12,2	52	14,50
итого						80.00

Повар:

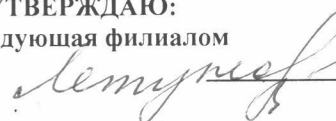


Медведева М.Л.

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.

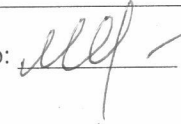
МЕНЮ

1 день

на 14.10.2020

С 11 и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Завтрак						
Каша пшеничная жидкая с маслом	200/5	7,3	7,6	35,2	238	8,49
Бутерброд с маслом	20/10	1,6	8,7	9,8	124	3,99
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,1	61	0,78
Булочка	50	2,8	2,9	33,0	169	8,50
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,38
Йогурт	200	3,9	1,8	11,0	76	28,00
Обед						
Салат из белокочанной капусты	100	1,6	5,0	9,4	89	5,17
Суп гороховый с гренками	250/10	4,2	4,7	23,2	152	6,14
Бефстроганов	100	10,5	12,1	4,8	170	27,57
Макаронь отварные	180	3,1	2,9	38,7	193	6,04
Напиток из шиповника	200	0,5	0,2	20,8	87	3,69
Хлеб пшеничный	60	3,8	0,4	24,6	118	2,52
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,38
Печенье Мария	200	1,0	1,5	13,8	73	24,00
Сок	1000	0,7	0,0	12,2	52	52,72
Печенье	104	1,0	1,5	13,8	73	9,23
итого						189,60

С 7 до 11 лет						
Завтрак						
Каша пшеничная жидкая с маслом	200/5	7,3	7,6	35,2	238	9,49
Бутерброд с маслом	20/10	1,6	8,7	9,8	124	6,09
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,1	61	0,78
Печенье	50	2,8	2,9	33,0	169	8,50
Хлеб ржаной	30	1,0	0,2	5,0	26	1,38
Йогурт	200	3,9	1,8	11,0	76	28,00
Хлеб пшеничный	50	1,0	0,2	5,0	26	2,10
Обед						
Салат из белокочанной капусты	80	1,3	3,1	7,7	64	4,06
Суп гороховый с гренками	250/10	4,2	4,7	23,2	152	6,49
Бефстроганов	100	10,5	12,1	4,8	170	30,65
Макаронь отварные	150	2,9	2,5	33,8	169	5,29
Напиток из шиповника	200	0,5	0,2	20,8	20,8	3,69
Хлеб пшеничный	50	3,0	0,3	19,7	94	2,10
Хлеб ржаной	30	1,3	0,2	6,7	35	1,38
Сок	1000	0,7	0,0	12,2	52	52,72
Печенье Мария	200	1,0	1,5	13,8	73	24,00
Печенье	32	1,0	1,5	13,8	73	2,88
Итого						189,60

Повар:  Медведева М.Л.