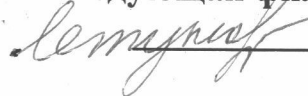


Филиал МАОУ СОШ с. Окунево Пегановская СОШ

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

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая филиалом

 **Летунова С.А.**

МЕНЮ

2 день

на 15.10.2020

Возрастная категория: с 11 и старше

С 11 и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Бутерброд горячий с сыром	45	4,3	7,9	13,5	142	10,03
Омлет натуральный с подгарнировкой	200	18,9	22,8	3,5	295	33,82
Какао с молоком	200	3,5	4,0	18,6	124	8,22
Хлеб ржаной	44	2,0	0,4	10,0	52	2,02
Хлеб пшеничный	28	2,0	0,4	10,0	52	1,18
Вафли	100	1,0	1,5	13,8	73	19,00
Печенье	63	1,0	1,5	13,8	73	5,73
итого						80.00

С 7 до 11 лет						
Бутерброд горячий с сыром	45	4,3	7,9	13,5	142	10,02
Омлет натуральный с подгарнировкой	200	18,9	22,8	3,5	295	32,98
Какао с молоком	200	3,5	4,0	18,6	124	8,08
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	35	0,92
Йогурт	200	3,9	1,8	11,0	76	28,00
итого						80.00

Повар:

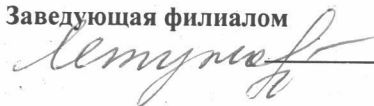


Медведева М.Л.

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.

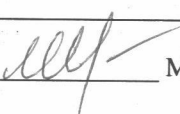
МЕНЮ

2 день

на 15.10.2020

С 11 и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Завтрак						
Бутерброд горячий с сыром	45	4,3	7,9	13,5	142	15,87
Омлет натуральный с поджаривкой	200	18,9	22,8	3,5	295	32,81
Какао с молоком	200	3,5	4,0	18,6	124	8,22
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	71	1,26
Хлеб ржаной	40	2,0	0,4	10,0	52	1,84
Обед						
Икра кабачковая промышленного производства	100	2,0	2,9	15,0	94	4,42
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	250/10/5	5,9	5,7	15,2	136	17,82
Колбасные изделия отварные с маслом	100/5	8,5	10,3	0,4	128	44,26
Рис припущенный с овощами	180	3,2	3,8	37,0	195	17,63
Компот из сухофруктов + Витамин «С»	200	0,5	0,0	25,0	102	1,86
Яблоко	200	0,1	0,0	21,0	84	19,28
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	141	2,52
Хлеб ржаной	60	3,3	0,6	16,7	87	2,76
Печенье	100	1,5	2,1	19,0	101	19,05
Итого						189,60

С 7 до 11 лет						
Завтрак						
Бутерброд горячий с сыром	45	4,3	7,9	13,5	142	10,02
Омлет натуральный с поджаривкой	200	18,9	22,8	3,5	295	34,85
Какао с молоком	200	3,5	4,0	18,6	124	8,22
Хлеб ржаной	15	1,3	0,2	6,7	35	0,69
Обед						
Икра кабачковая промышл. производства	60	1,8	1,4	1,9	27	4,35
Борщ с капустой и картофелем с курицей и со сметаной	250/10/5	5,9	5,7	15,2	136	18,37
Колбасные изделия отварные с маслом	80	7,9	8,7	0,3	108	44,26
Рис припущенный с овощами	150	2,9	3,2	33,2	173	14,15
Компот из сухофруктов + Витамин «С»	200	0,7	0,0	28,0	115	2,28
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	118	2,1
Хлеб ржаной	15	1,0	0,2	5,0	26	0,69
Яблоко	145	0,1	0,0	21,0	84	14,02
Печенье барни	60	1,5	2,1	19,0	101	35,6
Итого						189,60

Повар:  Медведева М.Л.