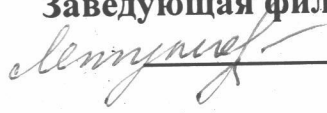


Филиал МАОУ СОШ с. Окунево Пегановская СОШ

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

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая филиалом

 **Летунова С.А.**

МЕНЮ

8 день

на 23.10.2020

Возрастная категория: с 7-11 лет

	выход	Белки	жиры	углеводы	Ккал	цена
Горячий завтрак с 7 до 10 лет						
Бутерброд с маслом и с сыром	20/5/10	5,2	7,9	9,8	131	9,90
Ватрушка «Царская» с молоком сгущенным	200/20	14,5	10,0	32,5	278	48,23
Кофейный напиток	200	2,2	1,9	17,0	94	4,39
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	35	0,92
Йогурт	150	3,9	1,8	11,0	76	11,63
Печенье	54	2,8	2,9	33,0	169	4,93
итого						80.00

Горячий завтрак с 11 и старше						
Бутерброд с маслом и с сыром	20/5/10	5,2	7,9	9,8	131	10,16
Ватрушка «Царская» с молоком сгущенным	200/20	18,6	11,3	38,0	328	52,37
Кофейный напиток	200	2,2	1,9	17,0	94	4,23
Хлеб ржаной	25	1,3	0,2	6,7	35	1,15
Йогурт	156	3,9	1,8	11,0	76	12.09
Итого						80,0

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

на 23.10.2020

8 день

С 7 до 10 лет	выход	Белки	жиры	углеводы	Ккал	цена
Завтрак						
Бутерброд с маслом и с сыром	20/5/10	5,2	7,9	9,8	131	9,90
Ватрушка «Царская» с молоком сгущенным	200	14,5	10,0	32,5	278	43,9
Кофейный напиток	200	2,2	1,9	17,0	94	4,39
Хлеб ржаной	35	2,3	0,4	11,7	61	1,61
Обед						
Салат из моркови с огурцами	80	1,1	4,0	8,7	75	6,22
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	250/10/5	5,9	5,7	15,2	136	19,15
Биточки рыбные	120	12,9	7,7	15,1	181	29,99
Картофель отварной с маслом	150	2,9	5,5	21,8	148	10,90
Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	22,8	97	5,54
Хлеб пшеничный	50	3,8	4,4	24,6	118	2,1
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,38
Печенье Чокопай	56	1,5	2,1	19,0	101	18,92
Печенье Барни	60	1,5	2,1	19,0	101	35,6
итого						189,60

С 11 и старше

Завтрак						
Бутерброд с маслом и с сыром	20/5/10	5,2	7,9	9,8	131	9,90
Ватрушка «Царская» с молоком сгущенным	200/20	18,6	11,3	38,0	328	53,08
Кофейный напиток	200	2,2	1,9	17,0	94	4,39
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	35	0,92
Обед						
Салат из моркови с огурцами	100	1,3	5,0	10,8	94	8,08
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	250/10/5	5,9	5,7	15,2	136	22,18
Биточки рыбные	120	12,9	7,7	15,1	181	31,01
Картофель отварной с маслом	200	3,9	7,3	29,1	197	14,89
Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	22,8	97	5,54
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	141	2,52
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68	1,84
Сок	200	0,7	0,0	12,2	52	14,5
Печенье Чокопай	28	1,5	2,1	19,0	101	18,92
Печенье	20	2,8	2,9	33,0	169	1,83
итого						189,60

Повар: Медведева М.Л.