

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

7 день

на 24.09.2020

Возрастная категория: с 7-11 лет

С 7 до 11 лет						
Салат картофельный с огурцами солеными	100	1,7	5,3	10,5	97	6,44
Колбасные изделия отварные с маслом	80/5	7,9	8,3	0,3	108	32,9
Макаронные изделия отварные	150	2,9	2,5	33,8	169	4,49
Компот из кураги + Витамин»С»	200	0,8	0,1	20,1	85	2,86
Хлеб пшеничный	45	3,0	0,3	19,7	94	1,76
Хлеб ржаной	23	1,3	0,2	6,7	35	0,90
Банан	181	0,1	0,0	21,0	84	16,65
Йогурт	100	3,9	1,8	11,0	76	14,00
итого						80,00

	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
С 11 лет и старше						
Салат картофельный с огурцами солеными	100	1,7	5,3	10,5	97	6,06
Колбасные изделия отварные с маслом	100/5	8,5	10,3	0,4	128	39,53
Макаронные изделия отварные	180	3,1	2,9	38,7	193	4,92
Компот из кураги + Витамин»С»	200	0,8	0,1	20,1	85	2,66
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	118	1,95
Хлеб ржаной	48	2,6	0,5	13,4	70	1,87
Банан	181	0,1	0,0	21,0	84	16,65
Сок	121	0,7	0,0	12,2	52	6,36
итого						80,00

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. Летунова С.А.

МЕНЮ

7 день

на 24.09.2020

С 11 и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цены
Завтрак						
Суп молочный с крупой	250	6,6	7,8	30,8	220	7,42
Бутерброд горячий с сыром	55	5,3	12,5	13,5	188	17,57
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,1	61	0,77
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	35	0,78
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	141	2,73
Обед						
Салат картофельный с огурцами солеными	100	1,7	5,3	10,5	97	7,69
Свекольник с мясом, со сметаной	250/10/5	4,6	4,2	14,5	114	17,93
Колбасные изделия отварные с маслом	100/5	8,5	10,3	0,4	128	41,28
Макаронные изделия отварные	180	3,1	2,9	38,7	193	2,48
Компот из кураги + Витамин «С»	200	0,8	0,1	20,1	85	2,53
Хлеб пшеничный	80	0,1	0,6	39,4	188	3,51
Хлеб ржаной	60	4,0	0,7	20,0	104	2,34
Банан	212	0,1	0,0	11,0	12,2	19,5
Сок	400	0,7	0,0	12,2	52	29,00
Печенье Барни	60	1,5	2,1	19,0	101	32,00
итого						189,60

с 7 до 11 лет	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Завтрак						
Суп молочный с крупой	200	5,3	6,2	24,6	175	6,50
Бутерброд горячий с сыром	45	4,3	7,9	13,5	142	9,93
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,1	61	0,77
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	141	2,34
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,17
Обед						
Салат картофельный с огурцами с солеными	100	1,7	5,3	10,5	97	6,45
Свекольник с мясом, со сметаной	250/10/5	4,6	4,2	14,5	114	14,26
Колбасные изделия отварные с маслом	80	7,9	8,3	0,3	108	33,18
Макаронные изделия отварные	150	2,9	2,5	33,8	169	3,86
Компот из кураги + Витамин «С»	200	0,8	0,1	20,1	85	2,48
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	141	2,34
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	70	1,56
Сок	600	0,7	0,0	12,2	52	43,5
Вафли	150	1,5	2,1	19,0	101	28,50
Йогурт	100	3,9	1,8	11,0	76	14,00
Банан	204	0,1	0,0	21,0	84	18,76
итого						189,60

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