

МАОУ «Средняя общеобразовательная школа с.Окунево»

УТВЕРЖДАЮ:

Директора школы
Кукушкина Н.П.



2-д

МЕНЮ
На 01.10.2020г

С 11 лет

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	к/кал	цена
Завтрак						
Бутерброд горячий с сыром	45	4,3	7,9	13,5	142	9,91
Омлет натуральный с кукурузой консерв	200/50	18,9	22,8	3,5	295	24,56
Какао с молоком	200	3,5	4,0	18,6	124	8,18
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	71	1,17
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,17
йогурт	100	0,1	0,0	21,0	84	14,00
вафли	50	1,5	2,1	19,0	101	9,50
сок	200	0,7	0,0	12,2	52	11,51
Итого:						
Всего:						80,00

Повар :

Т.В.

Павлова Т.В

МАОУ « Средняя общеобразовательная школа с.Окунево»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы

Кукушкина Н.П.



2-д

МЕНЮ
На 01.10. 2020г
с7-10л

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	к/кал	цена
Завтрак						
Бутерброд горячий с сыром	45	4,3	7,9	13,5	142	9,91
Омлет натуральный с подгарнировкой	200	18,9	22,8	3,5	295	26,12
Какао с молоком	200	3,5	4,0	18,6	124	8,18
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	35	0,78
йогурт	100	0,1	0,0	21,0	84	14,00
вафли	50	1,5	2,1	19,0	101	9,50
сок	200	0,7	0,0	12,2	52	11,51
Итого:						
Всего:						80,00

Повар :

Т.В.

Павлова Т.В

МАОУ « Средняя общеобразовательная школа с.Окунево»

УТВЕРЖДАЮ:

Директора школы
Кукушкина Н.П.



МЕНЮ
2-д
на 01.10.2020г.

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	к/кал	цена
-------------------	-------	---	---	---	-------	------

ЗАВТРАК 1

Омлет натуральный	200	18,9	22,8	3,5	295	24,56
Бутерброд горячий с сыром	55	5,3	12,5	13,5	188	15,71
Какао с молоком	200	3,5	4,0	18,6	124	8,18
Хлеб ржаной	30	1,3	0,2	6,6	34	1,17
Хлеб пшеничный	30	1,4	0,2	6,6	71	1,17
Итого:						50,79
		ОБЕД				
Борщ с капустой и картофелем с курицей	250/10	5,9	5,7	15,2	136	28,08
Рис припущенный с овощами	180	3,2	3,8	37	195	19,95
Компот из сухофрукт	200	0,5	0,0	25,0	102	1,76
Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	7,6	39	2,34
Хлеб ржаной	20	1,4	0,2	6,6	34	1,95
яблоко	301	0,1	0,0	23,0	92	39,13
сок	200	0,7	0,0	12,2	52	14,50
печенье	150	1,5	2,1	19,0	101	28,50
сок	226	0,7	0,0	12,2	52	2,60
Итого:		59	37	194	1347	138,81
Всего:						189,60

Повар:

Павлова Т.В.

Павлова Т.В.