

МАОУ «Средняя общеобразовательная школа с.Окунево»

Утверждаю:

Директора школы
Кукушкина Н.П.



МЕНЮ
(завтрак,обед)
На 12.10.2020 г.

9 д

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

ЗАВТРАК

Каша манная молочная жидкая	200/5	6,9	7,1	28,0	204	32,84
Чай с сахаром	200	3,6	2,5	15,8	100	9,86
Бутерброд с маслом	20/10	1,6	8,7	9,8	124	0,84
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	35	0,78
Печенье	50	1,5	1,9	41,0	187	9,50
Итого:						54,55

ОБЕД

Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,7	5,0	7,3	81	6,80
Суп с курицей	250/10	6,6	4,2	21,5	150	11,15
Плов из говядины	250	17,1	14,2	51,0	400	38,72
Компот из сухофруктов+ВитС	200	0,5	0,0	25,0	102	1,76
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	118	2,10
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	70	1,84
яблоко	282	0,1	0,0	11,0	44	27,50
конфеты	148	2,8	2,9	33,0	169	45,18
Итого:		47,9	45,7	247,7	1596,3	135,05
Всего:						189,60

Повар:

Т.В.

Павлова Т.В.

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

« Средняя общеобразовательная школа с. Окунево »

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы _____
Кукушкина Н.П.



МЕНЮ
На 12.10.2020г

9д

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

ЗАВТРАК

Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,7	5,0	7,3	81	7,50
Плов из говядины	200	16,8	13,0	36,5	330	37,44
Компот из сухофруктов ВитС	200	0,5	0,0	25,0	102	1,63
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	71	1,26
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	35	1,31
яблоко	219	0,7	0,0	12,2	52	21,36
вафли	50	1,0	1,5	13,8	73	9,50
Итого:		24,3	19,9	116,3	744	
Всего:						80,00

Повар:

ПВ

Павлова Т.В.

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

« Средняя общеобразовательная школа с. Окунево »

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы

Кукушкина Н.П.

МЕНЮ(с11л и старше)

9д

На 12.10.2020г

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

ЗАВТРАК

Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,7	5,0	7,3	81	2,90
Плов из говядины	250	17,1	14,2	51,0	400	38,72
Компот из сухофруктов ВитС	200	0,5	0,0	25,0	102	1,76
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,3	19,7	94	1,68
Хлеб ржаной	21	1,3	0,2	6,7	35	0,97
Йогурт	100	3,9	1,8	11,0	76	14,00
апельсин	243	0,7	0,0	12,2	52	33,97
Итого:						
Всего:						80,00

Повар:

Павлова Т.В.