

МАОУ «Средняя общеобразовательная школа с.Окунево»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы
Кукушкина Н.П.



МЕНЮ
На 14.10.2020г
7-11 лет

1-д

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

ЗАВТРАК

Салат из капусты с морковью	80	1,0	3,0	5,8	54	4,06
Бефстроганов	100	8,9	9,9	8,6	159	36,00
Макароны отварные	150	5,2	4,1	24,2	155	4,98
Отвар из плодов шиповника	200	0,6	0,2	15,2	65	3,63
яблоко	163	1,0	1,5	13,8	73	28,34
Хлеб пшеничный	40	2,4	0,3	11,4	58	1,68
Хлеб ржаной	28	1,3	0,2	6,7	34	1,31
Итого:						80,00

Повар :

Т/З

Павлова Т.В.

МАОУ « Средняя общеобразовательная школа с.Окунево»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы
Кукушкина Н.П.



МЕНЮ
НА 14.10.2020г

1д

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

ЗАВТРАК

Каша пшеничная жидкая с маслом	200/5	8,0	8,9	29,3	229	44,76
Бутерброд с маслом	20/10	1,6	3,5	9,9	78	6,09
Чай с сахаром	200	4,8	2,3	15,4	102	0,74
печенье	50					9,50
хлеб ржаной	30	0,9	0,3	21,0	90	1,26
Итого:						62,35
ОБЕД						
Салат из белокочанной капусты с морковью	100	0,9	3,0	4,4	48	5,19
Суп гороховый с гречками	250/10	1,8	2,4	10,6	71	6,32
Макаронные изделия отварные	180	10,4	5,9	11,2	140	5,99
Бефстроганов	100	4,5	7,0	21,0	165	31,73
Напиток из шиповника	200	0,2	0,2	20,6	85	3,67
сок	1,0	0,1	0,0	11,0	44	48,78
Конфеты	71	3,9	1,8	11,0	76	21,67
Хлеб ржаной	30	2,3	0,4	11,7	60	1,38
Хлеб пшеничный	60	1,2	0,2	5,7	29	2,52
Итого:						127,25
Всего:						189,60

Повар

Павлова Т.В.

МАОУ «Средняя общеобразовательная школа с.Окунево»

УТВЕРЖДАЮ:

Директора школы
Кукушкина Н.П.



1-д

МЕНЮ
На 14.10.2020г
с 11 лет(льготники)

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

ЗАВТРАК

Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,6	5,0	9,4	89	5,22
Бефстроганов	100	9,8	10,7	10,0	176	35,91
Макароны отварные	180	5,8	5,2	30,0	190	5,99
Отвар из плодов шиповника	200	0,6	0,2	22,9	96	3,67
Хлеб пшеничный	50	2,4	0,3	11,4	58	2,10
Хлеб ржаной	30	1,3	0,2	6,7	34	2,30
яблоко	145	0,3	0,0	15,5	63	24,81
Итого:						80,00

Повар :

Павлова Т.В.