

МАОУ «Средняя общеобразовательная школа с.Окунево»

Утверждаю:

Директора школы

Кукушенина Н.П.

МЕНЮ

9д

На 28.09.2020 г.



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

ЗАВТРАК

Каша манная молочная жидкая	200	6.9	7.1	28.0	204	44,66
Чай с сахаром	200	3,6	2,5	15,8	100	4.74
Бутерброд с маслом	20/5	1.6	3,5	9,9	78	2.02
печенье	50	1,8	18,2	11,6	217	9,50
Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	21,0	90	0,78
						61,77

ОБЕД

Салат из свеклы с зеленым горошком	100	0,6	3,1	2,3	40	13,14
Суп с курицей	250/10	2,2	3,2	10,3	79	13,08
Плов из говядины	250	14,3	15,7	5,0	219	40,40
Компот из сухофруктов+ ВитС	200	0,8	0,0	17,3	72	1,80
Хлеб пшеничный	50	1,2	0,2	5,7	29	1,95
Хлеб ржаной	40	1,6	0,3	8,4	43	1,56
сок	430	0,2	0,0	18,0	73	29,57
апельсин	214	0,1	0,0	11,0	44	26,33
Итого:						127,83
Всего:						189,60

Повар:

ПВ

Павлова Т.В.

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

« Средняя общеобразовательная школа с. Окунево »

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы
Кукушкина Н.Л.



МЕНЮ
На 28.09.2020г

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	12,56
Плов из говядины	200	16,8	13,0	36,5	330	33,92
Компот из сухофруктов ВитС	200	0,5	0,0	25,0	102	1,76
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	71	1,17
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	35	0,78
йогурт	100	3,9	1,8	11,0	76	14,00
Сок	200	0,7	0,0	12,2	52	6,31
печенье	28	1,0	1,5	13,8	73	9,50
Итого:		24,3	19,9	116,3	744	
Всего:						80,00

Повар:

Т/з

Павлова Т.В.

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

« Средняя общеобразовательная школа с. Окунево »

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы
Кукушкина Н.П.



МЕНЮ(с11л и старше)
На 28.09.2020г

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	13,14
Плов из говядины	250	17,1	14,2	51,0	400	35,27
Компот из сухофруктов ВитС	200	0,5	0,0	25,0	102	1,80
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,3	19,7	94	1,56
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	35	0,78
Йогурт	100	3,9	1,8	11,0	76	14,00
Сок	200	0,7	0,0	12,2	52	3,95
печенье	50	1,0	1,5	13,8	73	9,50
Итого:						
Всего:						80,00

Повар:

Павлова Т.В.