

МАОУ «Общеобразовательная средняя школа с.Окунёво

Утверждаю
Директор школы
Кукушкина Н.П.



5-д

МЕНЮ

На 20.10.2020г.
с 11-лет

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

Завтрак

Бутерброд с сыром	20/15	5,4	5,9	9,8	114	10,13
Каша рисовая молочная	200/5	7,0	7,2	34,0	229	12,78
Чай с молоком	200	4,2	3,5	19,5	126	5,30
Хлеб пшеничный	31	3,0	0,3	19,7	94	1,30
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,38
Йогурт питьевой(клубника)	150	3,9	1,8	11,0	76	11,63
сок	200	0,5	0,2	22,0	92	13,48
печенье	50	0,1	0,0	21,0	84	9,50
сок 0,2	200	1,0	1,5	13,8	73	14,50
Итого:						80,00

Повар:

Т.В.

Павлова Т.В.

МАОУ «Общеобразовательная средняя школа с.Окунёво

Директор школы

Кукушкина Н.П.



5-д

МЕНЮ
с 7-10 лет
На 20.10.2020г.

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

Завтрак

Бутерброд с сыром	20/15	5,4	5,9	9,8	114	10,13
Каша рисовая молочная жидкая с маслом	200/5	7,0	7,2	34,0	229	13,75
Чай с молоком	200	4,2	3,5	19,5	126	5,30
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	35	0,92
Йогурт питьевой Клубника	150	3,9	1,8	11,0	76	12,17
Сок	200	1,6	0,3	14,0	65	13,73
Сок 0,2	200	0,7	0,0	12,2	52	14,50
печенье	50	1,0	1,5	13,8	73	9,50
Итого:						80,00

Повар:

ТЧ

Павлова Т.В.

МАОУ « Средняя общеобразовательная школа с.Окунёво

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы
Кукушкина Н.П.

МЕНЮ (завтрак,обед)
с 11-л
На 20.10.2020г. 5-д

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	к/кал	цена
ЗАВТРАК						
Каша рисовая молочная жидкая с маслом	200/5	7,0	7,2	34,0	229	12,87
Бутерброд с сыром	20/5	5,4	5,9	9,8	114	10,13
Биийогурт питьевой	150	4,1	6,8	11,0	122	11,63
Кофейный напиток	200	3,1	2,3	18,0	105	3,74
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47	0,92
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,38
Итого:						40,67
ОБЕД						
Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,7	5,0	7,3	81	2,54
Рассольник ленинградский с мясом	250/10/5	4,9	5,7	16,3	136	15,60
Фрикадельки из кур запеченные с маслом	100/5	12,8	15,9	7,0	222	62,93
Капуста тушеная	180	4,3	7,0	14,0	136	8,36
напиток из сухофруктов	200	0,5	0,2	20,8	87	1,87
Хлеб пшеничный	80	7,3	0,8	47,2	226	3,36
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	2,30
сок	200	2,8	2,9	33,0	169	51,97
Итого:						148,93
Всего:						189,60

Повар:

Павлова Т.В.