

МАОУ «Средняя общеобразовательная школа с. Окунево»

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы
Кукушкина Н.П.



МЕНЮ
с 7-11 лет 6-день
На 16.11.2020г.

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	к/кал	цена
Завтрак						
огурцы свежие	87	0,6	0,1	1,3	8	6,10
Грудка куриная запеченная	126	13,0	12,1	0,6	162,8	29,91
Сложный гарнир	150	2,2	3,3	14,8	97,7	8,41
Кофейный напиток	200	3,2	3,1	19,0	116,7	7,81
яблоко	128	0,4	0,0	14,4	59,2	11,81
йогурт	100	1,8	1,5	4,5	38,7	14,00
Хлеб пшеничный	30	1,0	0,3	6,1	38,9	1,27
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	0,69
Итого:						80,00

ПОВАР:

Митрошенко Т.А.

Митрошенко Т.А.

МАОУ «Средняя общеобразовательная школа с. Окунево»

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы Кукушкина Н.П.



МЕНЮ
с 11 лет 6-день
На 16.11.2020г.

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	к/кал	цена
Завтрак						
Огурцы консервированные б/уксуса	102	0,8	0,1	1,6	10,6	11,88
Грудка куриная запеченная	157	16,2	15,1	0,7	203,5	32,84
Сложный гарнир	180	2,2	3,3	14,8	97,7	12,21
Кофейный напиток	200	3,2	3,1	19,0	116,7	7,61
Яблоко	100	0,6	0,5	19,9	86,5	8,50
Хлеб пшеничный	40	2,0	0,6	16,2	77,8	3,19
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	40,5	3,77
Итого:						80,00

ПОВАР:

Митрошенко Т.А.

Митрошенко Т.А.