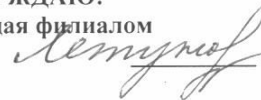


Филиал МАОУ СОШ с. Окунево Пегановская СОШ

ул.Школьная, д.25, с.Пеганово, Бердюжский р-н, Тюменская обл., 627450, тел(34554) 34-1-44

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая филиалом

 Летунова С.А.

МЕНЮ

11 день

на 23.11.2020

С 11 и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Завтрак						
Каша пшеничная жидкая с маслом	200/5	7,3	7,6	35,2	238	15,67
Бутерброд с маслом	20/10	1,6	8,7	9,8	124	6,17
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,1	61	1,31
Булочка	50	2,8	2,9	33,0	169	8,50
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,38
Обед						
Салат из белокочанной капусты	100	1,6	5,0	9,4	89	5,19
Суп гороховый с гренками	250/10	4,2	4,7	23,2	152	6,17
Бефстроганов	100	10,5	12,1	4,8	170	49,62
Макароны отварные	180	3,1	2,9	38,7	193	4,77
Напиток из шиповника	200	0,5	0,2	20,8	87	3,91
Хлеб пшеничный витаминизир.	60	3,8	0,4	24,6	118	2,76
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,38
Сок	1000	0,7	0,0	12,2	52	52,72
Йогурт	200	3,9	1,8	11,0	76	28,00
Печенье	22	1,0	1,5	13,8	73	2,05
итого						189,60

Повар:



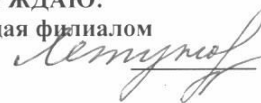
Медведева М.Л.

Филиал МАОУ СОШ с. Окунево Пегановская СОШ

ул.Школьная, д.25, с.Пеганово, Бердюжский р-н, Тюменская обл., 627450, тел(34554) 34-1-44

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая филиалом



Летунова С.А.

МЕНЮ

11 день

на 23.11.2020

С 11 и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Завтрак						
Каша пшеничная жидкая с маслом	200/5	7,3	7,6	35,2	238	15,67
Бутерброд с маслом	20/10	1,6	8,7	9,8	124	6,17
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,1	61	1,31
Булочка	50	2,8	2,9	33,0	169	8,50
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,38
Обед						
Салат из белокочанной капусты	100	1,6	5,0	9,4	89	5,19
Суп гороховый с гренками	250/10	4,2	4,7	23,2	152	6,17
Бефстроганов	100	10,5	12,1	4,8	170	49,62
Макароны отварные	180	3,1	2,9	38,7	193	4,77
Напиток из шиповника	200	0,5	0,2	20,8	87	3,91
Хлеб пшеничный витаминизир.	60	3,8	0,4	24,6	118	2,76
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,38
Сок	1000	0,7	0,0	12,2	52	52,72
Йогурт	200	3,9	1,8	11,0	76	28,00
Печенье	22	1,0	1,5	13,8	73	2,05
итого						189,60

Повар:



Медведева М.Л.

Филиал МАОУ СОШ с. Окунево Пегановская СОШ

ул.Школьная, д.25, с.Пеганово, Бердюжский р-н, Тюменская обл., 627450, тел(34554) 34-1-44

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая филиалом

Летунова Летунова С.А.

МЕНЮ

11 день

на 23.11.2020

С 11 и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Бутерброд с сыром	20/15	5,3	3,7	7,2	83,3	10,73
Котлеты рубленые из птицы запеченные,с томатным соусом	100/50	12,9	13,5	14,4	230,7	28,44
Рис припущенный	180	4,4	4,3	35,0	196,6	7,7
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,2	61,2	1,96
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	40,5	1,06
Печенье	14	1,0	1,5	13,8	73	1,26
Печенье Барни	28	1,5	1,9	41,0	187	17,8
Яблоко	130	0,6	0,5	19,9	86,5	11,05
итого						80.00

С 7 до 11 лет						
Бутерброд с сыром	20/15	5,3	3,7	7,2	83,3	11,97
Котлеты рубленые из птицы запеченные,с соусом томатным	80/50	10,4	11,2	12,1	190,8	26,90
Рис припущенный	150	3,7	3,6	29,7	166	5,70
Чай с лимоном	200/5	0,1	0,0	15,2	61,2	2,11
Яблоко	189	0,4	0,0	14,4	59,2	16,06
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	0,97
Печенье	62	1,0	1,5	13,8	73	6,29
Вафли с начинкой	40	1,5	2,1	19,0	101	10,00
итого						80.00

Повар:

Медведева

Медведева М.Л.