

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.

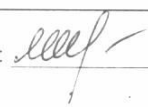
МЕНЮ

2 день

на 24.11.2020

С 11 и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Завтрак						
Бутерброд горячий с сыром	45	4,3	7,9	13,5	142	17,22
Омлет натуральный с поджаривкой	200	18,9	22,8	3,5	295	29,91
Какао с молоком	200	3,5	4,0	18,6	124	8,68
Хлеб пшеничный	20	2,3	0,2	14,8	71	0,92
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,38
Обед						
Икра кабачковая промышленного производства	100	2,0	2,9	15,0	94	5,86
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	250/10/5	5,9	5,7	15,2	136	16,1
Колбасные изделия отварные с маслом	100/5	8,5	10,3	0,4	128	32,47
Рис припущенный с овощами	180	3,2	3,8	37,0	195	12,62
Компот из сухофруктов + Витамин «С»	200	0,5	0,0	25,0	102	2,37
Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4,6	0,5	29,5	141	2,76
Хлеб ржаной	6050	3,3	0,6	16,7	87	2,30
Печенье	104	1,0	1,5	13,8	73	9,51
Вафли	250	1,5	2,1	19,0	101	47,50
итого						189,60

С 7 до 11 лет						
Завтрак						
Бутерброд горячий с сыром	45	4,3	7,9	13,5	142	16,61
Омлет натуральный с поджаривкой	200	18,9	22,8	3,5	295	35,89
Какао с молоком	200	3,5	4,0	18,6	124	8,67
Хлеб ржаной	15	1,3	0,2	6,7	35	0,69
Обед						
Икра кабачковая промышл. производства	60	1,8	1,4	1,9	27	5,86
Борщ с капустой и картофелем с курицей и со сметаной	250/10/5	5,9	5,7	15,2	136	15,89
Колбасные изделия отварные с маслом	80	7,9	8,7	0,3	108	32,33
Рис припущенный с овощами	150	2,9	3,2	33,2	173	10,15
Компот из сухофруктов + Витамин «С»	200	0,7	0,0	28,0	115	2,37
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,8	0,4	24,6	118	2,3
Хлеб ржаной	15	1,0	0,2	5,0	26	0,69
Печенье	18	1,0	1,5	13,8	73	1,65
Вафли	150	1,5	2,1	19,0	101	28,5
Йогурт	200	1,8	1,5	4,5	38,7	28,00
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.

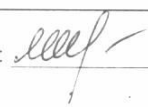
МЕНЮ

2 день

на 24.11.2020

С 11 и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Завтрак						
Бутерброд горячий с сыром	45	4,3	7,9	13,5	142	17,22
Омлет натуральный с поджариванием	200	18,9	22,8	3,5	295	29,91
Какао с молоком	200	3,5	4,0	18,6	124	8,68
Хлеб пшеничный	20	2,3	0,2	14,8	71	0,92
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,38
Обед						
Икра кабачковая промышленного производства	100	2,0	2,9	15,0	94	5,86
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	250/10/5	5,9	5,7	15,2	136	16,1
Колбасные изделия отварные с маслом	100/5	8,5	10,3	0,4	128	32,47
Рис припущенный с овощами	180	3,2	3,8	37,0	195	12,62
Компот из сухофруктов + Витамин «С»	200	0,5	0,0	25,0	102	2,37
Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4,6	0,5	29,5	141	2,76
Хлеб ржаной	60/50	3,3	0,6	16,7	87	2,30
Печенье	104	1,0	1,5	13,8	73	9,51
Вафли	250	1,5	2,1	19,0	101	47,50
итого						189,60

С 7 до 11 лет						
Завтрак						
Бутерброд горячий с сыром	45	4,3	7,9	13,5	142	16,61
Омлет натуральный с поджариванием	200	18,9	22,8	3,5	295	35,89
Какао с молоком	200	3,5	4,0	18,6	124	8,67
Хлеб ржаной	15	1,3	0,2	6,7	35	0,69
Обед						
Икра кабачковая промысл. производства	60	1,8	1,4	1,9	27	5,86
Борщ с капустой и картофелем с курицей и со сметаной	250/10/5	5,9	5,7	15,2	136	15,89
Колбасные изделия отварные с маслом	80	7,9	8,7	0,3	108	32,33
Рис припущенный с овощами	150	2,9	3,2	33,2	173	10,15
Компот из сухофруктов + Витамин «С»	200	0,7	0,0	28,0	115	2,37
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,8	0,4	24,6	118	2,3
Хлеб ржаной	15	1,0	0,2	5,0	26	0,69
Печенье	18	1,0	1,5	13,8	73	1,65
Вафли	150	1,5	2,1	19,0	101	28,5
Йогурт	200	1,8	1,5	4,5	38,7	28,00
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

на 24.11.2020

12 день

Возрастная категория: с 11 и старше

С 11 и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Салат из моркови с изюмом	100	1,2	0,1	15,0	65,7	5,68
Гуляш из говядины	100	9,1	7,5	3,4	117,5	28,00
Каша гречневая рассыпчатая	180	3,7	7,9	50,0	285,9	11,92
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127,2	8,56
Хлеб ржаной	24	0,7	0,1	9,4	40,5	1,10
Хлеб пшеничный витаминизированный	27	1,0	0,3	8,1	38,9	1,24
Йогурт	100	1,8	1,5	4,5	38,7	14,00
Вафли	68	1,5	2,1	19,0	101	9,50
итого						80.00

С 7 до 11 лет						
Салат из моркови с изюмом	80	1,0	0,1	12,8	55,8	5,07
Гуляш из говядины	100	9,1	7,5	3,4	117,5	29,19
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,1	6,6	32,0	199,7	9,96
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127,2	7,25
Хлеб ржаной	21	0,7	0,1	9,4	41,3	0,97
Хлеб пшеничный витаминизированный	21	1,0	0,3	8,1	38,9	0,97
Йогурт	100	1,8	1,5	4,5	38,7	14,0
Сок	208	0,7	0,0	12,2	52	11,00
Печенье	15	1,5	1,9	41,0	187	1,59
итого						80.00

Повар: 

Медведева М.Л