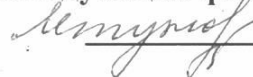


Филиал МАОУ СОШ с. Окунево Пегановская СОШ

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

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая филиалом

 **Летунова С.А.**

МЕНЮ

14 день

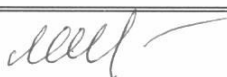
на 26.11.2020

Возрастная категория: с 7-11 лет

	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
С 7 до 11 лет						
Бутерброд с маслом	20/5	1,7	3,9	7,3	71,1	3,58
Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным	180/20	15,4	11,5	43,2	337,9	53,87
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	60,8	1,31
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	0,96
Яблоко	139	0,4	0,0	14,4	59,2	12,51
Печенье	9	1,5	1,9	41,0	187	0,91
Сок	130	0,7	0,0	12,2	52	6,86
итого						80,00

С 11 и старше						
Бутерброд с маслом	30,/10	2,3	7,4	14,5	133,8	6,87
Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным	200/20	17,1	12,0	48,0	368,4	52,98
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	60,8	1,30
Хлеб ржаной	21	0,7	0,1	9,4	40,5	0,96
Яблоко	94	0,6	0,0	19,9	86,5	8,46
Печенье	103	1,5	1,9	41,0	187	9,43
итого						80,00

Повар:



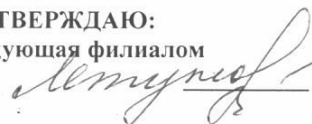
Медведева М.Л.

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

4 день

на 26.11.2020

С 7 до 11 лет	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Завтрак						
Суп молочный с крупой	200	5,3	6,2	24,6	175	10,34
Бутерброд с джемом или повидлом	20/20	1,6	0,2	25,8	111	7,44
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,1	61	1,3
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	70	1,84
Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4,6	0,5	29,5	141	2,76
Обед						
Салат из моркови	80	0,5	4,2	11,7	87	2,87
Щи из свежей капусты с картофелем с курицей со сметаной	250/10/5	7,8	6,7	15,8	155	11,64
Рыба, тушенная в томате с овощами	80	9,2	7,0	5,5	122	14,49
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	176	9,76
Компот из свежих яблок+витамин С	200	0,2	0,2	17,2	71,4	4,63
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	2,3	0,2	14,8	71	2,30
Хлеб ржаной	35	1,3	0,2	6,7	35	1,61
Йогурт	200	4,1	6,8	11,0	122	28,00
Сок	1000	0,7	0,0	12,2	52	52,72
Печенье Барни	60	1,5	2,1	19,0	101	35,6
Печенье	25	1,5	1,9	41,0	187	2,30
итого						189,60

С 11 и старше						
Завтрак						
Суп молочный с крупой	250	6,6	7,8	30,8	220	10,51
Бутерброд с джемом или повидлом	20/30	1,6	0,2	31,0	132	8,02
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,1	61	1,3
Хлеб ржаной	60	4,0	0,7	20,0	104	2,76
Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4,6	0,5	29,5	141	2,76
Обед						
Салат из моркови	100	0,5	5,1	14,0	104	3,56
Щи из свежей капусты с картофелем с курицей со сметаной	250/10/5	7,8	6,7	15,8	155	10,49
Рыба, тушенная в томате с овощами	110	12,1	12,6	8,5	196	22,87
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	176	12,67
Компот из свежих яблок+витаминС	200	0,2	0,2	17,2	71	4,63
Хлеб пшеничный витаминизированный	60	3,0	0,3	19,7	94	2,76
Хлеб ржаной	24	2,0	0,4	10,0	52	1,84
Печенье	21	2,8	2,9	33,0	169	1,92
Йогурт	200	4,1	6,8	11,0	122	28,00
Сок	1000	0,7	0,0	12,2	52	72,50
Печенье	32	1,5	1,9	41,0	187	3,01
итого						189,6

Повар:



Медведева М.Л.