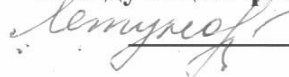


Филиал МАОУ СОШ с. Окунево Пегановская СОШ

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

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая филиалом

 **Летунова С.А.**

МЕНЮ

19 день

на 03.12.2020

Возрастная категория: с 7-11 лет

	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Горячий завтрак с 7 до 11 лет						
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	80	0,7	0,1	1,3	8,5	14,7
Рыба ,запеченная с яйцом	80	11,5	7,9	7,3	146,5	25,18
Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	9,67
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127,2	8,06
Хлеб пшеничный	21	0,8	0,2	6,1	29,4	0,88
Хлеб ржаной	21	0,6	0,1	6,9	30,9	0,96
Апельсин	127	0,4	0,1	14,4	59,2	16,25
Печенье	42	1,5	1,9	41,0	187	4,30
итого						80.00

Горячий завтрак с 11 и старше						цена
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	100	0,8	0,1	1,6	10,6	18,13
Рыба ,запеченная с яйцом	100	14,4	9,9	9,1	183,1	27,28
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	175,5	11,00
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127,2	8,34
Хлеб пшеничный	36	2,0	0,6	16,2	77,8	1,51
Хлеб ржаной	23	0,7	0,1	9,4	40,5	1,05
Яблоко	120	0,6	0,0	19,9	86,5	10,8
Печенье	20	1,5	1,9	41,0	187	1,89
итого						80.00

Повар:



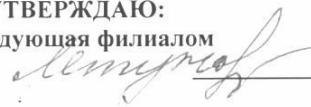
Медведева М.Л.

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



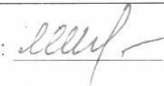
Летунова С.А.

МЕНЮ

9 день

на 03.12.2020

С 11 лет и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Завтрак						
Каша манная молочная жидкая с маслом	200/5	6,9	7,1	28,0	204	12,41
Бутерброд с маслом	20/10	1,6	8,7	9,8	124	6,24
Чай с молоком	200	4,2	3,5	19,5	126	5,95
Булочка	50	1,1	1,3	27,3	125	8,50
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	35	0,92
Обед						
Салат свеклы с зеленым горошком	100	1,7	5,0	7,3	81	6,54
Суп с курицей	250/10	6,6	4,2	21,5	150	11,68
Плов из говядины	250	17,2	14,2	51,0	400	34,46
Компот из сухофруктов + Витамин «С»	200	0,5	0,0	25,0	102	1,99
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	118	2,10
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	70	1,84
Йогурт	200	4,1	6,8	11,0	122	28,00
Сок	1000	0,7	0,0	12,2	52	52,72
Конфеты	53	5,1	34,9	58,8	554,5	16,25
Итого						189,60
С 7 до 11 лет						
Завтрак						
Каша манная молочная жидкая с маслом	200/5	6,9	7,1	28,0	204	12,41
Бутерброд с маслом	20/10	1,6	8,7	9,8	124	6,24
Чай с молоком	200	4,2	3,5	19,5	126	5,95
Булочка	50	1,1	1,3	27,3	125	8,5
Хлеб ржаной	15	1,0	0,2	5,0	26	0,69
Обед						
Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,7	5,0	7,3	81	5,81
Суп с курицей	250/10	6,6	4,2	21,5	150	11,40
Плов из говядины	200	16,8	13,0	36,5	330	32,98
Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	25,0	102	1,99
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	71	1,26
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,38
Сок	1000	0,7	0,0	12,2	52	52,72
Йогурт	300	4,1	6,8	11,0	122	42,00
Конфеты	20	5,1	34,9	58,8	554,5	6,27
итого						189,60

Повар:  Медведева М.Л.