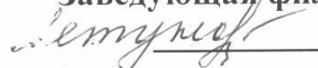


Филиал МАОУ СОШ с. Окунево Пегановская СОШ

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

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая филиалом

 **Летунова С.А.**

20-й день

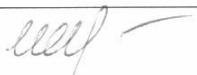
Меню

04.12.2020

	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Горячий завтрак с 11 лет и старше						
Салат из моркови и огурца с яйцом	100	4,1	7,3	5,8	105,3	9.10
Котлета из говядины и курицы	120	10,9	14,1	10,3	15,2	45.03
Каша гречневая вязкая отварная	180	2,0	5,4	29,2	173,4	7.61
Йогурт молочный	100	2,2	2,8	11,0	78,0	14.00
Чай с сахаром	200	0,7	0,1	19,8	82,9	1.30
Хлеб пшеничный	26	3,0	0,3	19,7	94	1.09
Хлеб ржаной	21	0,7	0,1	9,4	40,5	0.96
Печенье	8	1,5	1,9	41,0	187	0.91
итого						80.00

Горячий завтрак с 7 до 11 лет						
Салат из моркови и огурца с яйцом	80	2,4	6,1	3,9	80,1	8.90
Котлета из говядины и курицы	80	10,9	9,5	5,9	152,6	33.43
Каша гречневая вязкая отварная	150	1,7	4,5	24,3	148,6	7.70
Чай с сахаром	200	0,7	0,1	19,8	82,9	1.32
Хлеб пшеничный	21	1,0	0,3	8,1	38,9	0,88
Хлеб ржаной	21	0,7	0,1	9,4	41,3	0,96
Йогурт молочный	100	2,2	2,8	11,0	78,0	14.00
Вафли	38	1.5	2.1	19.0	101	9.58
Печенье	34	1.5	1.9	41.0	187	3.23
итого						80.00

Повар:



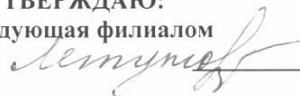
Медведева М.Л.

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.

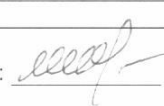
МЕНЮ

10 день

на 04.12.2020

С 11 лет и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Завтрак						
Каша «Геркулесовая» жидкая с маслом	200/5	8,4	8,2	35,0	247	13.25
Бутерброд с джемом	20/30	1,6	0,2	31,0	132	1.26
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,2	61	1.30
Йогурт питьевой	230	4,1	6,8	11,0	122	18.40
Хлеб пшеничный	20	2,3	0,2	14,8	71	0.84
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	14,8	35	0.92
Обед						
Салат из белокочанной капусты	100	0,5	5,0	8,9	83	5.44
Рассольник ленинградский с мясом, со сметаной	250/10/5	4,9	5,7	16,3	136	21.34
Котлета рыбная с маслом	120	12,9	7,7	15,1	181	27.80
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	176	12.84
Сок	800	0,5	0,2	22,0	92	58.00
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,3	19,7	94	1.68
Хлеб ржаной	50	2,0	0,4	10,0	52	2.30
Печенье	57	1,5	1,9	41,0	187	5.23
Вафли	100	1,5	2,1	19,0	101	19.00
итого						189,60

С 7 до 11 лет						
Завтрак						
Каша «Геркулесовая» жидкая с маслом	200/5	8,4	8,2	35,0	247	12.60
Бутерброд с джемом	20/20	1,6	0,2	25,8	111	1.26
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,2	61	1.30
Йогурт питьевой	220	4,1	6,8	11,0	122	17.60
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47	0.84
Хлеб ржаной	20	1,0	0,2	5,0	26	0.92
Обед						
Салат из белокочанной капусты	80	0,4	3,0	7,7	59	4.94
Рассольник ленинградский с мясом, со сметаной	250/10/5	4,9	5,7	16,3	136	19.38
Котлета рыбная	100	11,3	6,5	15,6	166	21.26
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	176	12.84
Сок	800	0,5	0,2	22,0	82	58.00
Печенье	81	1,5	1,9	41,0	187	7.48
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47	0.84
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	70	1.84
Вафли	150	1,5	2,1	19,0	101	28.50
итого						189,60

Повар:  Медведева М.Л.