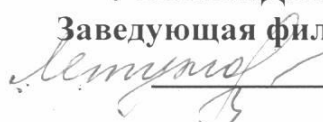


Филиал МАОУ СОШ с. Окунево Пегановская СОШ

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

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая филиалом

 **Летунова С.А.**

МЕНЮ

1 день

на 07.12.2020

С 11 и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Овощи натуральные	126	1,1	0,1	3,8	20,5	14,24
Шницель из говядины	100	10,1	14,2	17,0	236,2	41,11
Фарфалле отварные	180	5,2	3,4	51,0	255,4	2,58
Чай с лимоном и апельсином	200/20/10	0,2	0,0	15,5	62,8	5,32
Банан	168	0,4	0,0	14,4	59,2	14,86
Хлеб пшеничный	20	10,0	0,3	8,1	38,9	0,84
Хлеб ржаной	23	0,7	0,1	9,4	40,5	1,05
итого						80.00

С 7 до 11 лет						
Овощи натуральные	108	0,9	0,1	3,0	16,3	12,2
Шницель из говядины	80	7,5	10,4	13,6	178,0	34,53
Фарфалле отварные	150	4,5	3,0	36,7	191,7	4,35
Чай с лимоном и апельсином	200/20/10	0,2	0,0	15,5	62,8	2,70
Яблоко	139	0,4	0,0	14,4	59,2	12,51
Хлеб ржаной	21	0,7	0,1	9,4	41,3	0,96
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	38,9	0,84
Сок	208	0,7	0,0	12,2	52,0	10,98
Печенье	10	1,0	1,5	13,8	73	0,93
итого						80.00

Повар:



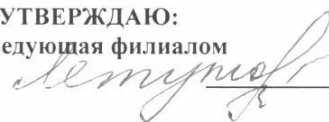
Медведева М.Л.

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

1 день

на 07.12.2020

С 7 до 11 лет	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Завтрак						
Каша пшеничная жидкая с маслом	200/5	7,3	7,6	35,2	238	7,39
Бутерброд с маслом	20/10	1,6	8,7	9,8	124	1,68
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,1	61	1,30
Булочка	50	2,8	2,9	33,0	169	8,50
Хлеб ржаной	15	2,0	0,4	10,0	52	0,69
Обед						
Салат из белокочанной капусты	80	1,6	5,0	9,4	89	4,44
Суп гороховый с гренками	250/10	4,2	4,7	23,2	152	11,10
Бефстроганов	80	10,5	12,1	4,8	170	30,42
Макароны отварные	150	3,1	2,9	38,7	193	3,04
Напиток из шиповника	200	0,5	0,2	20,8	87	3,91
Хлеб пшеничный	30	3,8	0,4	24,6	118	1,26
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,38
Конфеты	75	5,1	34,9	58,8	554,5	22,89
Йогурт	400	3,9	1,8	11,0	76	56,00
Печенье Барни	60	1,0	1,5	13,8	73	35,60
Итого						189,60
С 11 лет и старше						
Завтрак						
Каша пшеничная жидкая с маслом	200/5	7,3	7,6	35,2	238	10,08
Бутерброд с маслом	20/5	1,6	8,7	9,8	124	1,68
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,1	61	1,30
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	5,50
Суп гороховый с гренками	250/10	4,2	4,7	23,2	152	13,18
Бефстроганов	100	10,5	12,1	4,8	170	32,40
Макароны отварные	180	3,1	2,9	38,7	193	3,60
Напиток из шиповника	200	0,5	0,2	20,8	87	3,91
Хлеб пшеничный	40	4,6	0,5	29,5	141	1,68
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,38
Печенье	100	1,0	1,5	13,8	73	19,00
Вафли	120	1,5	2,1	19,0	101	30
Чокопай	140	1,0	1,5	13,8	73	47,30
Конфеты	28	5,1	34,9	58,8	554,5	8,71
итого						189,60

Повар:



Медведева М.Л.