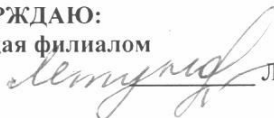


Филиал МАОУ СОШ с. Окунево Пегановская СОШ

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

08.12.2020

С 11 и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Завтрак						
Бутерброд горячий с сыром	45	4,3	7,9	13,5	142	16,47
Омлет натуральный с подгарнировкой	200	18,9	22,8	3,5	295	36,95
Какао с молоком	200	3,5	4,0	18,6	124	8,68
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	71	1,26
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	2,11
Обед						
Икра кабачковая промышленного производства	88	2,0	2,9	15,0	94	6,29
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	250/10/5	5,9	5,7	15,2	136	16,64
Колбасные изделия отварные с маслом	174/5	8,5	10,3	0,4	128	53,5
Рис припущенный с овощами	180	3,2	3,8	37,0	195	20,58
Компот из сухофруктов + Витамин «С»	200	0,5	0,0	25,0	102	2,36
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	141	2,76
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	2,3
Печенье	100	1,0	1,5	13,8	73	10,2
Вафли	50	1,5	2,1	19,0	101	9,5
итого						189,60

С 7 до 11 лет						
Завтрак						
Бутерброд горячий с сыром	45	4,3	7,9	13,5	142	16,05
Омлет натуральный с подгарнировкой	200	18,9	22,8	3,5	295	28,82
Какао с молоком	200	3,5	4,0	18,6	124	9,09
Хлеб ржаной	15	1,3	0,2	6,7	35	0,69
Обед						
Икра кабачковая промышл. производства	70	1,8	1,4	1,9	27	5,0
Борщ с капустой и картофелем с курицей и со сметаной	250/10/5	5,9	5,7	15,2	136	14,11
Колбасные изделия отварные с маслом	80	7,9	8,7	0,3	108	34,82
Рис припущенный с овощами	150	2,9	3,2	33,2	173	16,08
Компот из сухофруктов + Витамин «С»	200	0,7	0,0	28,0	115	2,36
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	118	2,1
Хлеб ржаной	15	1,0	0,2	5,0	26	0,69
Печенье	31	1,0	1,5	13,8	73	2,87
Вафли	200	1,5	2,1	19,0	101	38
Печенье чокопай	56	1,1	1,3	27,3	125	18,92
итого						189,60

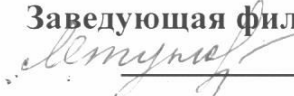
Повар:  Медведева М.Л.

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

08.12.2020

Возрастная категория: с 11 и старше

С 11 и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Бутерброд с сыром	20/15	5,3	3,7	7,2	83,3	10,65
Котлета рыбная запеченная	100	10,3	9,3	12,9	176,3	20,94
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	175,5	12,43
Чай с молоком	200	2,8	2,5	20,1	114,1	5,95
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	40,5	0,92
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	38,9	0,84
Йогурт	100	1,8	1,5	4,5	38,7	14,00
Вафли	50	1,5	2,1	19,0	101	9,50
Конфеты	15	5,1	34,9	58,8	554,5	4,77
итого						80.00

С 7 до 11 лет

Бутерброд с сыром	20\15	5,3	3,7	7,2	83,3	10,63
Котлета рыбная запеченная	100	10,3	9,3	12,9	176,3	21,39
Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	10,42
Чай с молоком	200	2,8	2,5	20,1	114,1	5,97
Хлеб ржаной	21	0,6	0,1	6,9	30,9	0,96
Йогурт	100	1,8	1,5	4,5	38,7	14,00
Печенье	42	1,0	1,5	13,8	73	3,98
Печенье чокопай	38	1,1	1,3	27,3	125	12,65
итого						80.00

Повар:



Медведева М.Л.