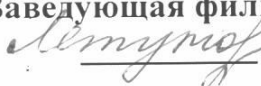


Филиал МАОУ СОШ с. Окунево Пегановская СОШ

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

10.12.2020

Возрастная категория: с 7-11 лет

	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
С 7 до 11 лет						
Бутерброд с маслом	20/10	2,3	3,4	14,5	133,8	7.24
Запеканка « Царская» из творога с молоком сгущенным	180/20	15,5	12,9	31,7	304,8	49.10
Чай « Витаминный»	200	0,7	0,1	19,8	82,9	3,59
Хлеб ржаной	21	0,7	0,1	9,4	41,3	1.01
Печенье Барни	30	1,5	2,1	19,0	101	17.80
Печенье	13	2.8	2.9	33.0	169	1.26
итого						80.00

С 11 и старше						
Бутерброд с маслом	20/10	2,3	3,4	14,5	133,8	6.49
Запеканка «Царская» из творога с молоком сгущенным	200/20	18,5	14,4	44,0	379,7	52.49
Чай «Витаминный»	200	0.7	0.1	19,8	82,9	3.47
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,3	19,7	94	1.68
Печенье чокопай	28	1.5	2.1	19.0	101	9.46
Хлеб ржаной	16	2,0	0,4	10,0	52	0.74
Конфеты	18	5,1	34,9	58,8	554,5	5.67
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.**

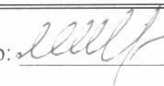
МЕНЮ

4 день

10.12.2020

С 7 до 11 лет	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Завтрак						
Суп молочный с крупой	200	5,3	6,2	24,6	175	6,97
Бутерброд с джемом или повидлом	20/20	1,6	0,2	25,8	111	3,79
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	60	4,6	0,5	29,5	141	2,52
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	13,23
Рыба, тушенная в томате с овощами	80	9,2	7,0	5,5	122	14,45
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	176	12,84
Компот из свежих яблок+витамин С	200	0,2	0,2	17,2	71,4	4,98
Хлеб пшеничный	50	2,3	0,2	14,8	71	2,10
Хлеб ржаной	35	1,3	0,2	6,7	35	1,61
Йогурт	400	4,1	6,8	11,0	122	56
Сок	800	0,7	0,0	12,2	52	58
Конфеты	23					7,10
итого						189,60

С 11 и старше						
Завтрак						
Суп молочный с крупой	250	6,6	7,8	30,8	220	6,97
Бутерброд с джемом или повидлом	20/30	1,6	0,2	31,0	132	4,87
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,1	61	1,3
Хлеб ржаной	50	4,0	0,7	20,0	104	2,76
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	141	2,52
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	14,81
Рыба, тушенная в томате с овощами	110	12,1	12,6	8,5	196	22,81
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	176	12,84
Компот из свежих яблок+витаминС	200	0,2	0,2	17,2	71	4,94
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,3	19,7	94	2,52
Хлеб ржаной	40	2,0	0,4	10,0	52	1,84
Йогурт	200	4,1	6,8	11,0	122	28,00
Сок	800	0,7	0,0	12,2	52	58
Конфеты	71					21,86
итого						189,6

Повар:  **Медведева М.Л.**