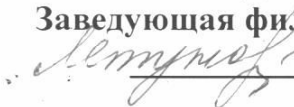


Филиал МАОУ СОШ с. Окунево Пегановская СОШ

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

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая филиалом

 **Летунова С.А.**

МЕНЮ

6 день

14.12.20

	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
С 11 и старше						
Огурцы свежие	107	0,7	0,1	1,9	11,3	10.35
Грудка куриная запеченная домашняя	100	16,2	15,1	0,7	203,5	43.04
Сложный гарнир (картофельное пюре,капуста тушеная	180	2,2	3,3	14,8	97,7	13.36
Кофейный напиток	200	3,2	3,1	19,0	116,7	7.80
Хлеб пшеничный	40	2,0	0,6	16,2	77,8	1,68
Хлеб ржаной	21	0,7	0,1	9,4	40,5	0.96
Печенье	30	1.5	1.9	41	187	2.81
итого						80.00

С 7 до 11 лет

С 7 до 11 лет						
Огурцы свежие	91	0,6	0,1	1,5	9,0	8.82
Грудка куриная запеченная домашняя	80	13,0	12,1	0,6	162,8	40.58
Сложный гарнир (картофельное пюре,тушеная капуста	150	2,2	3,3	14,8	97,7	8,56
Кофейный напиток	200	3,2	3,1	19,0	116,7	7,80
Яблоко	109	0,4	0,0	14,4	59,2	10.35
Хлеб пшеничный	22	1,0	0,3	8,1	38,9	0,92
Хлеб ржаной	22	0,7	0,1	9,4	41,3	1.01
Печенье	21	1.5	1.9	41.0	187	1.96
итого						80.00

Повар:



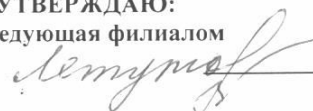
Медведева М.Л.

Филиал МАOU 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.**

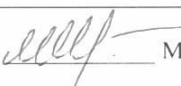
МЕНЮ

6 день

14.12.2020

С 11 и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Завтрак						
Запеканка творога с молоком сгущенным	170/30	23,2	18,7	44,0	437	59,98
Бутерброд с маслом	20/10	1,6	8,7	9,8	124	6,24
Какао с молоком	200	3,5	4,0	18,6	124	8,69
Хлеб ржаной	15	1,0	0,2	5,0	26	0,69
Обед						
Огурцы консервированные	96	0,8	0,1	1,6	11	9,95
Суп – пюре из гороха с гречками	250/10	6,1	5,2	20,3	152	6,26
Жаркое по-домашнему	250	14,9	14,1	29,2	303	36,58
Сок	400	0,5	0,2	22,0	92	29,00
Хлеб пшеничный витаминизированный	80	0,1	0,6	39,4	188	3,68
Хлеб ржаной	60	4,0	0,7	20,0	104	2,76
Яблоко	198	0,1	0,0	21,0	84	18,81
Печенье	76	1,5	1,9	41,0	187	6,96
Итого						189,60

с 7 до 11 лет	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Завтрак						
Запеканка творога с молоком сгущенным	150	17,7	14,36	33,6	334	51,51
Бутерброд с маслом	20/10	1,6	8,7	9,8	124	6,24
Какао с молоком	200	3,5	4,0	18,6	124	8,69
Хлеб ржаной	15	1,0	0,2	5,0	26	0,69
Обед						
Огурцы консервированные	95	0,5	0,1	1,0	7	9,84
Суп – пюре из гороха с гречками	250/10	6,1	5,2	20,3	152	6,26
Жаркое по-домашнему	250	14,9	14,1	29,2	303	37,65
Сок яблочный	400	0,5	0,2	22,0	92	29,00
Яблоко	190	0,1	0,0	21,0	84	18,05
Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3,0	0,3	19,7	94	1,84
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,38
Вафли	50	1,5	2,1	19,0	101	9,50
Печенье	92	1,5	1,9	41,0	187	8,95
Итого						189,60

Повар:  **Медведева М.Л.**