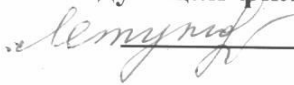


Филиал МАОУ СОШ с. Окунево Пегановская СОШ

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

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая филиалом

 **Летунова С.А.**

МЕНЮ

7 день

15.12.2020

Возрастная категория: с 7-11 лет

С 7 до 11 лет						
Бутерброд с джемом	20/25	1,8	0,2	21,0	93	4,55
Жаркое по-домашнему	200	14,7	15,3	26,5	302,5	39,86
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127,2	9,0
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	38,9	0,84
Хлеб ржаной	21	0,7	0,1	9,4	41,3	0,96
Конфеты	39	1,3	2,5	15,1	118	12,88
Сок	208	0,7	0,0	12,2	52	11,91
итого						80,00

	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
С 11 лет и старше						
Бутерброд с джемом	20/25	1,8	0,2	21,0	93	4,43
Жаркое по-домашнему	250	15,7	17,9	32,3	352,9	42,93
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,1	127,2	8,35
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	118	1,68
Хлеб ржаной	18	2,6	0,5	13,4	70	0,83
Конфеты	22	1,3	2,5	15,4	118	7,28
Сок	200	0,7	0,0	12,2	52	14,50
итого						80,00

Повар: 

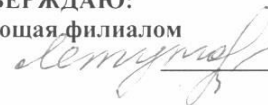
Медведева М.Л.

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

7 день

15.12.2020

С 11 и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цены
Завтрак						
Суп молочный с крупой	250	6,6	7,8	30,8	220	12,42
Бутерброд горячий с сыром	55	5,3	12,5	13,5	188	16,47
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,1	61	1,31
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	35	2,52
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	141	1,38
Обед						
Салат картофельный с огурцами солеными	100	1,7	5,3	10,5	97	10,52
Свекольник с мясом, со сметаной	250/10/5	4,6	4,2	14,5	114	17,69
Колбасные изделия отварные с маслом	100/5	8,5	10,3	0,4	128	47,97
Макаронные изделия отварные	180	3,1	2,9	38,7	193	4,83
Компот из кураги + Витамин «С»	200	0,8	0,1	20,1	85	2,71
Хлеб пшеничный	80	0,1	0,6	39,4	188	3,36
Конфеты	85	1,3	2,5	15,4	118	27,82
Хлеб ржаной	60	4,0	0,7	20,0	104	2,76
Печенье шокопай	112	1,5	2,1	19,0	101	37,84
итого						189,60

с 7 до 11 лет	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Завтрак						
Суп молочный с крупой	200	5,3	6,2	24,6	175	8,06
Бутерброд горячий с сыром	45	4,3	7,9	13,5	142	10,34
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,1	61	1,31
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	141	2,52
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,38
Обед						
Салат картофельный с огурцами с солеными	100	1,7	5,3	10,5	97	6,67
Свекольник с мясом, со сметаной	250/10/5	4,6	4,2	14,5	114	16,12
Колбасные изделия отварные с маслом	80	7,9	8,3	0,3	108	31,91
Макаронные изделия отварные	150	2,9	2,5	33,8	169	4,33
Компот из кураги + Витамин «С»	200	0,8	0,1	20,1	85	2,71
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	141	2,52
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	70	1,84
Вафли	160	1,3	2,5	15,4	118	40,00
Печенье	42	1,5	2,	19,0	101	3,89
Йогурт	400	1,8	1,5	4,5	38,7	56
итого						189,60

Повар:  Медведева М.Л.