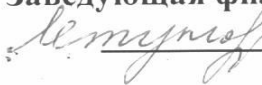


Филиал МАОУ СОШ с. Окунево Пегановская СОШ

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

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая филиалом
 **Летунова С.А.**

МЕНЮ

11 день

21.12.2020

С 11 и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Бутерброд с сыром	20/15	5,3	3,7	7,2	83,3	10.67
Котлеты рубленые из птицы запеченные, с томатным соусом	100/50	12,9	13,5	14,4	230,7	31.72
Рис припущенный	180	4,4	4,3	35,0	196,6	7.70
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,2	61,2	2.61
Хлеб ржаной	25	0,7	0,1	9,4	40,5	1.15
Печенье	79	1,0	1,5	13,8	73	7.33
Яблоко	198	0,4	0,0	14,4	59,2	18.82
итого						80.00

С 7 до 11 лет						
Бутерброд с сыром	20/15	5,3	3,7	7,2	83,3	10.67
Котлеты рубленые из птицы запеченные, с соусом томатным	80/50	10,4	11,2	12,1	190,8	28.96
Рис припущенный	150	3,7	3,6	29,7	166	7.55
Чай с лимоном	200/5	0,1	0,0	15,2	61,2	2.38
Банан	178	0,4	0,0	14,4	59,2	14.80
Хлеб ржаной	21	0,7	0,1	9,4	41,3	1.01
Печенье	36	1,0	1,5	13,8	73	3.33
Вафли с начинкой	45	1,5	2,1	19,0	101	11.30
итого						80.00

Повар:



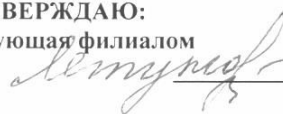
Медведева М.Л.

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-й день

21.12.2020

С 11 и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Завтрак						
Каша пшеничная жидкая с маслом	200/5	7,3	7,6	35,2	238	12,23
Бутерброд с маслом	20/10	1,6	8,7	9,8	124	6,24
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	1,57
Суп гороховый с гречками	250/10	4,2	4,7	23,2	152	6,74
Бефстроганов	100	10,5	12,1	4,8	170	34,28
Макароны отварные	180	3,1	2,9	38,7	193	4,83
Напиток из шиповника	200	0,5	0,2	20,8	87	3,91
Хлеб пшеничный	60	3,8	0,4	24,6	118	1,68
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,38
Банан	350	0,4	0,0	14,4	59,2	29,05
Вафли	80	1,5	2,1	19,0	101	20,00
Печенье чокопай	140	1,0	1,5	13,8	73	47,30
Конфеты	26	5,1	34,9	58,8	554,5	9,21
итого						189,60
С 7 до 11 лет						
Завтрак						
Каша пшеничная жидкая с маслом	200/5	7,3	7,6	35,2	238	12,24
Бутерброд с маслом	20/10	1,6	8,7	9,8	124	6,24
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,1	61	1,3
Булочка	50	2,8	2,9	33,0	169	8,50
Хлеб ржаной	15	1,0	0,2	5,0	26	0,69
Обед						
Салат из белокочанной капусты	80	1,3	3,1	7,7	64	2,94
Суп гороховый с гречками	250/10	4,2	4,7	23,2	152	6,81
Бефстроганов	100	10,5	12,1	4,8	170	31,74
Макароны отварные	150	2,9	2,5	33,8	169	4,46
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
Банан	300	0,4	0,0	14,4	59,2	24,90
Печенье барни	120	1,0	1,5	13,8	73	71,20
Конфеты	36	5,1	34,9	58,8	554,5	12,03
Итого						189,60

Повар:



Медведева М.Л.