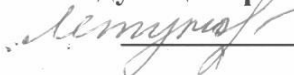


Филиал МАОУ СОШ с. Окунево Пегановская СОШ

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

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая филиалом

 **Летунова С.А.**

МЕНЮ

14 день

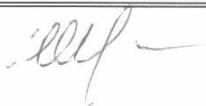
24.12.2020

Возрастная категория: с 7-11 лет

	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
С 7 до 11 лет						
Бутерброд с маслом	20/10	1,7	3,9	7,3	71,1	3,58
Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным	180/20	15,4	11,5	43,2	337,9	48,86
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	60,8	1,31
Хлеб ржаной	21	0,7	0,1	9,4	41,3	0.96
Бананы	233	0,4	0,0	14,4	59,2	19,34
Конфеты	14	5,1	34,9	58,8	554,5	4,88
итого						80.00

С 11 и старше						
Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	6.45
Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным	200/20	17,1	12,0	48,0	368,4	55,89
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	60,8	1,3
Яблоко	178	0,6	0,0	19,9	86,5	15,62
Хлеб ржаной	16	0,7	0,1	9,4	40,5	0,74
итого						80.00

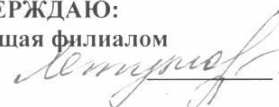
Повар:



Медведева М.И

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

4 день

24.12.2020

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	6,21
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	15,94
Рыба, тушенная в томате с овощами	80	9,2	7,0	5,5	122	14,08
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	176	12,62
Компот из свежих яблок+витамин С	200	0,2	0,2	17,2	71,4	4,62
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	58,00
Сок	800	0,7	0,0	12,2	52	56,00
Печенье	31	2,8	2,9	33,0	169	2,92
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	8,9
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,1	61	1,3
Хлеб ржаной	60	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	28,24
Рыба, тушенная в томате с овощами	110	12,1	12,6	8,5	196	20,13
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	176	12,64
Компот из свежих яблок+витаминС	200	0,2	0,2	17,2	71	4,62
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,3	19,7	94	2,52
Хлеб ржаной	40	2,0	0,4	10,0	52	1,84
Сок	800	0,7	0,0	12,2	52	58,00
Печенье Барни	60	1,5	2,1	19,0	101	35,6
итого						189,6

Повар:  Медведева М.Л.