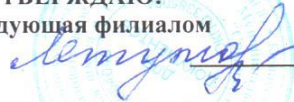


**Филиал МАОУ СОШ с. Окунево Пегановская СОШ**

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

**УТВЕРЖДАЮ:**  
Заведующая филиалом



Летунова С.А.

**МЕНЮ**

**10 день**

**22.01.2021**

С 11 лет и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
<b>Завтрак</b>						
Каша «Геркулесовая» жидкая с маслом	200/5	8,4	8,2	35,0	247	12,61
Бутерброд с джемом	20/30	1,6	0,2	31,0	132	5,35
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,2	61	1,31
Биойогурт	200	4,1	6,8	11,0	122	16,00
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	71	1,44
Хлеб ржаной	40	1,3	0,2	14,8	35	1,38
<b>Обед</b>						
Салат из белокочанной капусты	100	0,5	5,0	8,9	83	4,58
Рассольник ленинградский с мясом, со сметаной	250/10/5	4,9	5,7	16,3	136	22,98
Котлета рыбная с маслом	120	12,9	7,7	15,1	181	29,06
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	176	12,84
Сок в ассортименте	300	0,5	0,2	22,0	92	15,84
Банан	246	0,1	0,0	11,0	44	20,42
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,3	19,7	94	2,10
Хлеб ржаной	50	2,0	0,4	10,0	52	2,3
Йогурт	100	4,1	6,8	11,0	122	14,00
Печенье барни	30	1,5	1,9	41,0	187	17,80
Конфеты	26	5,1	34,9	58,8	554,5	8,57
итого						189,60

С 7 до 11 лет	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
<b>Завтрак</b>						
Каша «Геркулесовая» жидкая с маслом	200/5	8,4	8,2	35,0	247	0,00
Бутерброд с джемом	20/20	1,6	0,2	25,8	111	0,00
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,2	61	0,00
Биойогурт	150	4,1	6,8	11,0	122	0,00
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47	0,00
Хлеб ржаной	20	1,0	0,2	5,0	26	0,900
<b>Обед</b>						
Салат из белокочанной капусты	80	0,4	3,0	7,7	59	0,00
Рассольник ленинградский с мясом, со сметаной	250/10/5	4,9	5,7	16,3	136	0,00
Котлета рыбная	100	11,3	6,5	15,6	166	0,00
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	176	0,00
Сок в ассортименте	200	0,5	0,2	22,0	82	0,00
Банан	200					0,00
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47	0,00
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	70	0,00
Йогурт	400	4,1	6,8	11,0	122	0,00
Печенье	29	1,5	2,1	19,0	101	0,00
Печенье чокопай	28	1,5	1,9	41,0	187	0,00
итого						0,00

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.* Летунова С.А.

МЕНЮ

10 день

22.01.2021

	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Горячий завтрак с 11 лет и старше						
Салат из капусты белокачанной с морковью	100	1,6	5,1	9,6	90,7	3,42
Сосиски отварные с маслом	100/5	14,4	23,0	0,4	266,2	35,97
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	175,5	10,44
Чай витаминный	200	0,7	0,1	19,8	82,9	3,61
Хлеб пшеничный	26	3,0	0,3	19,7	94	1,09
Хлеб ржаной	21	0,7	0,1	9,4	40,5	0,97
Печенье чокопай	56	1,5	1,9	41,0	187	18,92
Печенье	60	1,5	2,1	19,0	101	5,58
итого						80,00

Горячий завтрак с 7 до 11 лет						
Салат из свежих помидоров	87	1,3	4,1	7,7	72,7	0,00
Сосиски отварные с маслом	80/5	11,5	19,2	0,3	220	0,00
Картофельное пюре	200	3,3	4,4	23,5	147	0,00
Чай витаминный	200	0,7	0,1	19,8	82,9	0,00
Хлеб пшеничный	22	1,0	0,3	8,1	38,9	0,00
Хлеб ржаной	22	0,7	0,1	9,4	41,3	0,00
Яблоко	104					0,00
итого						0,00

Повар:

*Медведева М.Л.*

Медведева М.Л.