

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

25.01.2021

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	15,78
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	1,31
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	4,67
Суп гороховый с гренками	250/10	4,2	4,7	23,2	152	6,07
Бефстроганов	100	10,5	12,1	4,8	170	34,04
Макароньы отварные	180	3,1	2,9	38,7	193	4,76
Напиток из шиповника	200	0,5	0,2	20,8	87	4,08
Хлеб пшеничный	60	3,8	0,4	24,6	118	2,52
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,38
Печенье барни	60	1,0	1,5	13,8	73	35,6
Сок	1000	0,7	0,0	12,2	52	52,80
Конфеты	32	5,1	34,9	58,8	554,5	10,47
итого						189,60
С 7 до 11 лет						
Завтрак						
Каша пшеничная жидкая с маслом	200/5	7,3	7,6	35,2	238	12,36
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	1,31
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	3,6
Суп гороховый с гренками	250/10	4,2	4,7	23,2	152	6,27
Бефстроганов	100	10,5	12,1	4,8	170	32,60
Макароньы отварные	150	2,9	2,5	33,8	169	4,27
Напиток из шиповника	200	0,5	0,2	20,8	87	4,08
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	118	2,1
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,38
Сок	1000	0,7	0,0	12,2	52	52,80
Печенье барни	60	1,0	1,5	13,8	73	53,4
Итого						189,60

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

11 день

25.01.2021

С 11 и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Бутерброд с сыром	20/15	5,3	3,7	7,2	83,3	10,42
Котлеты рубленые из птицы запеченные, с томатным соусом	100/50	12,9	13,5	14,4	230,7	26,33
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	1,31
Хлеб ржаной	22	0,7	0,1	9,4	40,5	1,03
Вафли	40	1,5	2,1	19,0	101	10,00
Сок	200	0,7	0,0	12,2	52	14,50
Яблоко	105	0,4	0,0	14,4	59,2	8,71
итого						80,00

С 7 до 11 лет						
Бутерброд с сыром	40/30	5,3	3,7	7,2	83,3	21,44
Котлеты рубленые из птицы запеченные, с соусом томатным	110/50	10,4	11,2	12,1	190,8	38,09
Рис припущенный	200	3,7	3,6	29,7	166	8,63
Чай с лимоном	200/5	0,1	0,0	15,2	61,2	2,57
Яблоко	100	0,4	0,0	14,4	59,2	8,30
Хлеб ржаной	21	0,7	0,1	9,4	41,3	0,97
итого						80,00

Повар:

Медведева М.Л.

Медведева М.Л.