

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.

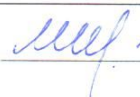
МЕНЮ

8 день

на 02.12.2020

	выход	Белки	жиры	углеводы	Ккал	цена
--	-------	-------	------	----------	------	------

С 11 и старше						
Завтрак						
Бутерброд с маслом и с сыром	20/5/10	5,2	7,9	9,8	131	10,28
Ватрушка «Царская» с молоком сгущенным	200/20	18,6	11,3	38,0	328	59,80
Кофейный напиток	200	2,2	1,9	17,0	94	4,08
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	35	0,92
Обед						
Салат из моркови с огурцами	100	1,3	5,0	10,8	94	8,00
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	250/10/5	5,9	5,7	15,2	136	14,29
Биточки рыбные	120	12,9	7,7	15,1	181	31,71
Картофель отварной с маслом	200	3,9	7,3	29,1	197	12,39
Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	22,8	97	5,56
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	141	2,52
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68	1,84
Йогурт	200	1,8	1,5	4,5	38,7	28,00
Конфеты	37	5,1	34,9	58,8	554,5	10,21
Итого						189,60
С 7 до 11 лет						
Завтрак						
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/10	5,2	7,9	9,8	131	10,28
Ватрушка «Царская» с молоком сгущенным	200	14,5	10,0	32,5	278	58,47
Кофейный напиток	200	2,2	1,9	17,0	94	4,08
Хлеб ржаной	35	2,3	0,4	11,7	61	1,61
Обед						
Салат из моркови с огурцами	80	1,1	4,0	8,7	75	6,3
Борщ с капустой, курицей, картофелем со сметаной	250/10/5	5,9	5,7	15,2	136	14,16
Биточки рыбные	120	12,9	7,7	15,1	181	33,89
Картофель отварной с маслом	150	2,9	5,5	21,8	148	9,03
Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	22,8	97	5,56
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	118	2,1
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,38
Йогурт	200	1,8	1,5	4,5	38,7	28,00
Конфеты	48	5,1	34,9	58,8	554,5	14,74
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.

МЕНЮ

18 день

на 02.12.2020

Возрастная категория: с 7-11 лет

	выход	Белки	жиры	углеводы	Ккал	цена
Горячий завтрак с 7 до 10 лет						
Бутерброд с сыром	20/15	5,3	3,7	7,2	83,3	7,99
Рагу из мяса	200	14,5	20,0	17,6	308,4	45,4
Кофейный напиток	200	3,2	3,1	19,0	116,7	9,25
Хлеб пшеничный	22	1,0	0,3	8,1	38,9	0,92
Хлеб ржаной	21	0,7	0,1	9,4	41,3	0,96
Сок	208	0,7	0,0	12,2	52	10,98
Печенье	44	2,8	2,9	33,0	169	4,5
итого						80.00

Горячий завтрак с 11 и старше						
Бутерброд с сыром	20/15	5,3	3,7	7,2	83,3	10,65
Рагу из мяса	250	15,8	20,7	28,0	361,5	50,17
Кофейный напиток	200	3,2	3,1	19,0	116,7	8,12
Хлеб пшеничный	35	1,0	0,3	8,1	38,9	1,47
Хлеб ржаной	23	0,7	0,1	9,4	40,5	1,06
Сок	158	0,7	0,0	12,2	52	8,53
Итого						80,0

Повар:

Медведева М.Л.