

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

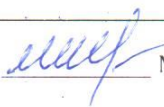
Летунова С.А.

МЕНЮ

9 день

04.02.2021

С 11 лет и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Завтрак						
Каша манная молочная жидкая с маслом	200/5	6,9	7,1	28,0	204	12,52
Бутерброд с маслом	20/10	1,6	8,7	9,8	124	6,24
Чай с молоком	200	4,2	3,5	19,5	126	5,78
Печенье	75	1,1	1,3	27,3	125	6,94
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	35	0,92
Обед						
Салат свеклы с зеленым горошком	100	1,7	5,0	7,3	81	8,67
Суп с курицей	250/10	6,6	4,2	21,5	150	11,52
Плов из говядины	250	17,2	14,2	51,0	400	35,81
Компот из сухофруктов + Витамин «С»	200	0,5	0,0	25,0	102	1,96
Хлеб пшеничный витаминный	50	3,8	0,4	24,6	118	2,10
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	70	1,84
Йогурт	200	4,1	6,8	11,0	122	28,00
Сок	1000	0,7	0,0	12,2	52	59,70
Печенье барни	60	1,5	1,9	41,0	187	35,60
Итого						189,60
С 7 до 11 лет						
Завтрак						
Каша манная молочная жидкая с маслом	200/5	6,9	7,1	28,0	204	12,52
Бутерброд с маслом	20/10	1,6	8,7	9,8	124	6,24
Чай с молоком	200	4,2	3,5	19,5	126	5,98
Печенье	50	1,1	1,3	27,3	125	4,60
Хлеб ржаной	15	1,0	0,2	5,0	26	0,69
Обед						
Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,7	5,0	7,3	81	8,09
Суп с курицей	250/10	6,6	4,2	21,5	150	11,52
Плов из говядины	200	16,8	13,0	36,5	330	32,94
Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	25,0	102	1,96
Хлеб пшеничный витаминный	30	2,3	0,2	14,8	71	1,26
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,38
Сок	1000	0,7	0,0	12,2	52	59,70
Печенье барни	60	1,5	1,9	41,0	187	35,60
Конфеты	18	5,1	34,9	58,8	554,5	6,12
итога						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

19 день

04.02.2021

Возрастная категория: с 7-11 лет

	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Горячий завтрак с 7 до 11 лет						
Овощи свежие(огурцы)	80	0,7	0,1	1,3	8,5	15,52
Рыба ,запеченная с яйцом	80	11,5	7,9	7,3	146,5	29,50
Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	12,64
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127,2	8,04
Хлеб пшеничный витаминный	22	0,8	0,2	6,1	29,4	0,91
Хлеб ржаной	22	0,6	0,1	6,9	30,9	1,00
Яблоко	124	0,4	0,1	14,4	59,2	12,39
итого						80.00

Горячий завтрак с 11 и старше						цена
Овощи свежие (огурцы)	100	0,8	0,1	1,6	10,6	17,98
Рыба ,запеченная с яйцом	100	14,4	9,9	9,1	183,1	27,02
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	175,5	10,49
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127,2	8,25
Хлеб пшеничный витаминный	35	2,0	0,6	16,2	77,8	1,59
Хлеб ржаной	22	0,7	0,1	9,4	40,5	1,03
Яблоко	136	0,6	0,0	19,9	86,5	13,64
итого						80.00

Повар:



Медведева М.Л.