

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.

1-й день

Возрастная категория: с 7-11 лет

08.02.2021

	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
С 7 до 11 лет						
Овощи натуральные (томаты)	60	0,9	0,1	3,0	16,3	10.20
Шницель из говядины	80	7,5	10,4	13,6	178,0	37.99
Фарфале отварные	150	4,5	3,0	36,7	191,7	8.15
Чай с лимоном и апельсином	200	0,2	0,0	15,5	62,8	4.44
Яблоко	171	0.6	0.5	19.9	86.5	17.06
Хлеб пшеничный	20	0,8	0,2	6,1	29,2	0.84
Хлеб ржаной	29	0,7	0,1	9,4	41,3	1.35
итого						80.00

С 11 и старше						
Овощи натуральные (томаты)	120	1,1	0,1	3,8	20,5	17.63
Шницель из говядины	100	10,1	14,2	17,0	236,2	40.16
Фарфале отварные	180	5,2	3,4	51,3	255,4	6.75
Чай с лимоном и апельсином	200	0,2	0,0	15,5	62,8	5.62
Хлеб пшеничный	20	0,8	0,2	6,1	29,2	0.84
Хлеб ржаной	22	0,7	0,1	9,4	41,3	1.03
Печенье	86	1.5	1.9	410	187	7.97
итого						80,00

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.

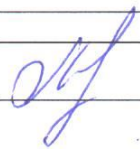
МЕНЮ

1-й день

08.02.2021

С 7 до 11 лет	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Завтрак						
Каша пшеничная жидкая с маслом	200/5	7,3	7,6	35,2	238	9.56
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	1,3	0,2	6,7	35	0.69
Обед						
Салат из белокочанной капусты с морковью	80	1,3	3,1	7,7	64	3.33
Суп гороховый с гренками	250/10	4,2	4,7	23,2	152	5.84
Бефстроганов	100	10,5	12,1	4,8	170	32.73
Макароны отварные	150	2,9	2,5	33,8	169	5.55
Напиток из шиповника	200	0,5	0,2	20,8	87	4.08
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	118	2.10
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	2,1	19,0	101	35.60
Конфеты	39	5,1	34,9	58,8	216.2	12.99
Итого						189.60

С 11 и старше						
Завтрак						
Бутерброд с маслом	20/10	1,6	8,7	9,8	124	6.24
Каша пшеничная жидкая с маслом	200/5	7,3	7,6	35,2	238	10.02
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,1	61	1.11
Булочка	50	2,8	2,8	33,0	169	8.50
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1.38
Обед						
Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,6	5,0	9,4	89	4.17
Суп гороховый с гренками	250/10	4,2	4,7	23,2	152	5.84
Бефстроганов	100	10,5	12,1	4,8	170	34.21
Макароны отварные	180	3,1	2,9	38,7	193	6.35
Напиток из шиповника	200	0,5	0,2	20,8	87	4.08
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	141	2.52
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	2,1	19,0	101	35.60
Конфеты	26	5,1	34,9	58,8	144.2	8.50
итого						189,60

Повар:  Медведева М.Л.