

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:
Заведующий филиалом

Летунова С.А.

МЕНЮ

2 день

09.02.2021

С 11 и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Завтрак						
Бутерброд горячий с сыром	45	4,3	7,9	13,5	142	16,23
Омлет натуральный с подгарнировкой	200	18,9	22,8	3,5	295	31,06
Какао с молоком	200	3,5	4,0	18,6	124	8,58
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	71	1,26
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,38
Обед						
Икра кабачковая промышленного производства	73	2,0	2,9	15,0	94	5,25
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	250/10/5	5,9	5,7	15,2	136	17,10
Колбасные изделия отварные с маслом	73/5	8,5	10,3	0,4	128	25,59
Рис припущенный с овощами	180	3,2	3,8	37,0	195	18,52
Компот из сухофруктов + Витамин «С»	200	0,5	0,0	25,0	102	2,30
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	141	2,52
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	2,3
Апельсин	292	0,1	0,0	23,0	92	26,28
Сок	400	0,7	0,0	12,2	52	28,00
Печенье	35	1,5	1,9	41,0	187	3,23
итого						189,60

С 7 до 11 лет						
Завтрак						
Бутерброд горячий с сыром	45	4,3	7,9	13,5	142	15,81
Омлет натуральный с подгарнировкой	200	18,9	22,8	3,5	295	34,99
Какао с молоком	200	3,5	4,0	18,6	124	8,58
Хлеб ржаной	15	1,3	0,2	6,7	35	0,69
Обед						
Икра кабачковая произмшл. производства	70	1,8	1,4	1,9	27	5,00
Борщ с капустой и картофелем с курицей и со сметаной	250/10/5	5,9	5,7	15,2	136	13,51
Колбасные изделия отварные с маслом	77/5	7,9	8,7	0,3	108	25,43
Рис припущенный с овощами	150	2,9	3,2	33,2	173	14,88
Компот из сухофруктов + Витамин «С»	200	0,7	0,0	28,0	115	2,30
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	118	2,10
Хлеб ржаной	15	1,0	0,2	5,0	26	0,69
Печенье	16	1,5	2,1	19,0	101	1,52
Апельсин	290	0,1	0,0	23,0	92	26,10
Сок	400	0,7	0,0	12,2	52	28,00
Вафли	40	1,5	1,9	21,0	153	10,00
итого						

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

2 день

09.02.2021

Возрастная категория: с 11 и старше

С 11 и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Бутерброд с сыром	20\15	5,3	3,7	7,2	83,3	10,58
Котлета рыбная запеченная	100	10,3	9,3	12,9	176,3	21,75
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	175,5	10,56
Чай с молоком	200	2,8	2,5	20,1	114,1	5,73
Хлеб ржаной	22	0,7	0,1	9,4	40,5	1,01
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	38,9	0,84
Йогурт	121	1,8	1,5	4,5	38,7	9,67
Печенье барни	30	1,5	2,1	19,0	101	17,80
Печенье	22	1,5	1,9	41,0	187	2,06
итого						80.00

С 7 до 11 лет						
Бутерброд с сыром	20\15	5,3	3,7	7,2	83,3	10,67
Котлета рыбная запеченная	100	10,3	9,3	12,9	176,3	24,33
Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	7,52
Чай с молоком	200	2,8	2,5	20,1	114,1	5,82
Хлеб ржаной	29	0,6	0,1	6,9	30,9	1,35
Йогурт	235	1,8	1,5	4,5	38,7	18,82
Яблоко	114	0,1	0,0	23,0	92	11,49
итого						0,00

Повар:



Медведева М.Л.