

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

7 день

на 17.11.2020

Возрастная категория: с 7-11 лет

С 7 до 11 лет						
Бутерброд с джемом	20/25	1,8	0,2	21,0	93	4,47
Жаркое по-домашнему	200	14,7	15,3	26,5	302,5	37,74
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127,2	8,83
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
Яблоко	100	0,4	0,0	14,4	59,2	8,5
Конфеты	46	1,3	2,5	15,1	118	14,3
Печенье	39	1,5	2,1	19,0	101	4,28
итого						80,00

	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
С 11 лет и старше						
Бутерброд с джемом	20/25	1,8	0,2	21,0	93	5,62
Жаркое по-домашнему	250	15,7	17,9	32,3	352,9	43,58
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,1	127,2	6,43
Хлеб пшеничный	54	3,8	0,4	24,6	118	2,27
Хлеб ржаной	53	2,6	0,5	13,4	70	2,44
Конфеты	46	1,3	2,5	15,4	118	14,3
Печенье	58	1,5	2,1	19,0	101	5,36
итого						80,00

Повар:

М.Л.

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

7 день

на 17.11.2020

Возрастная категория: с 7-11 лет

С 7 до 11 лет						
Бутерброд с джемом	20/25	1,8	0,2	21,0	93	4,47
Жаркое по-домашнему	200	14,7	15,3	26,5	302,5	37,74
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127,2	8,83
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
Яблоко	100	0,4	0,0	14,4	59,2	8,5
Конфеты	46	1,3	2,5	15,1	118	14,3
Печенье	39	1,5	2,1	19,0	101	4,28
итого						80,00

	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
С 11 лет и старше						
Бутерброд с джемом	20/25	1,8	0,2	21,0	93	5,62
Жаркое по-домашнему	250	15,7	17,9	32,3	352,9	43,58
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,1	127,2	6,43
Хлеб пшеничный	54	3,8	0,4	24,6	118	2,27
Хлеб ржаной	53	2,6	0,5	13,4	70	2,44
Конфеты	46	1,3	2,5	15,4	118	14,3
Печенье	58	1,5	2,1	19,0	101	5,36
итого						80,00

Повар:

М.Л.

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

7 день

на 17.11.2020

С 11 и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цены
Завтрак						
Суп молочный с крупой	250	6,6	7,8	30,8	220	13,33
Бутерброд горячий с сыром	55	5,3	12,5	13,5	188	16,43
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,1	61	1,31
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	35	2,52
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	141	1,38
Обед						
Салат картофельный с огурцами солеными	100	1,7	5,3	10,5	97	6,3
Свекольник с мясом, со сметаной	250/10/5	4,6	4,2	14,5	114	28,41
Колбасные изделия отварные с маслом	100/5	8,5	10,3	0,4	128	89,94
Макаронные изделия отварные	180	3,1	2,9	38,7	193	5,46
Компот из кураги + Витамин «С»	200	0,8	0,1	20,1	85	2,16
Хлеб пшеничный	80	0,1	0,6	39,4	188	3,36
Конфеты	46	1,3	2,5	15,4	118	14,30
Хлеб ржаной	60	4,0	0,7	20,0	104	2,76
Печенье	22	1,5	2,1	19,0	101	2,03
итого						189,60

с 7 до 11 лет	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Завтрак						
Суп молочный с крупой	200	5,3	6,2	24,6	175	7,88
Бутерброд горячий с сыром	45	4,3	7,9	13,5	142	10,2
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,1	61	1,31
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	141	2,52
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,38
Обед						
Салат картофельный с огурцами с солеными	100	1,7	5,3	10,5	97	6,72
Свекольник с мясом, со сметаной	250/10/5	4,6	4,2	14,5	114	28,41
Колбасные изделия отварные с маслом	80	7,9	8,3	0,3	108	89,94
Макаронные изделия отварные	150	2,9	2,5	33,8	169	4,4
Компот из кураги + Витамин «С»	200	0,8	0,1	20,1	85	2,16
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	141	2,52
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	70	1,84
Конфеты	92	1,3	2,5	15,4	118	28,60
Печенье	18	1,5	2,	19,0	101	1,72
итого						189,60

Повар:  Медведева М.Л.