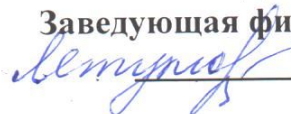


Филиал МАОУ СОШ с. Окунево Пегановская СОШ

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

21.01.2021

Возрастная категория: с 7-11 лет

	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Горячий завтрак с 7 до 11 лет						
Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	8,15
Бефстроганов из говядины	120	12,5	10,9	5,6	170,5	45,86
Макаронные изделия отварные	150	4,5	3,0	36,7	191,7	4,47
Хлеб пшеничный	15	0,8	0,2	6,1	29,4	0,63
Хлеб ржаной	21	0,6	0,1	6,9	30,9	0,97
Чай с лимоном и апельсином	200	0,2	0,0	15,5	62,8	4,40
Банан	187	0,4	0,0	14,4	59,2	15,52
итого						80,00

Горячий завтрак с 11 и старше						цена
Бутерброд с маслом	40	2,3	7,4	14,5	133,8	6,49
Бефстроганов из говядины	100	12,5	10,9	5,6	170,5	30,72
Макаронные изделия отварные	180	5,2	3,4	51,0	255,4	5,20
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	38,9	0,84
Хлеб ржаной	23	0,7	0,1	9,4	40,5	1,06
Чай с лимоном и апельсином	200	0,2	0,0	15,5	62,8	4,83
Вафли	50	1,5	1,9	41,0	187	10,0
Сок	200	0,7	0,0	12,2	52,0	14,50
Конфеты	14	5,1	34,9	58,8	554,5	6,36
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

9 день

21.01.2021

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	11,15
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	20	1,3	0,2	6,7	35	0,92
Обед						
Салат свеклы с зеленым горошком	100	1,7	5,0	7,3	81	7,99
Суп с курицей	250/10	6,6	4,2	21,5	150	11,81
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	50	3,8	0,4	24,6	118	2,10
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	70	1,84
Печенье	100	1,5	1,9	41,0	187	19,00
Сок	1000	0,7	0,0	12,2	52	52,80
Конфеты	20	5,1	34,9	58,8	554,5	6,40
Вафли	200	1,5	1,9	41,0	187	40,00
итого						189,60
С 7 до 11 лет						
Завтрак						
Бутерброд с маслом	20/10	1,6	8,7	9,8	124	6,24
Каша манная молочная жидкая с маслом	200/5	6,9	7,1	28,0	204	10,76
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	7,48
Суп с курицей	250/10	6,6	4,2	21,5	150	11,81
Плов из говядины	200	16,8	13,0	36,5	330	33,94
Компот из сухофруктов + витамин «С»	200	0,5	0,0	25,0	102	1,96
Хлеб пшеничный	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	52,80
Вафли	200	1,5	1,9	41,0	187	40,00
Конфеты	33	5,1	34,9	58,8	554,5	10,70
Итого						189,60

Повар:  Медведева М.Л.