

МАОУ «Средняя общеобразовательная школа с.Окунево»



УТВЕРЖДАЮ:
Директора школы
Кукушкина Н.П.

МЕНЮ
На 30.09.2020г
с 11лет(льготники)

1-д

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	к/кал	цена
-------------------	-------	---	---	---	-------	------

ЗАВТРАК

Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,6	5,0	9,4	89	5,17
Бефстроганов	100	9,8	10,7	10,0	176	35,78
Макароны отварные	180	5,8	5,2	30,0	190	4,48
Отвар из плодов шиповника	200	0,6	0,2	22,9	96	3,66
Хлеб пшеничный	50	2,4	0,3	11,4	58	1,95
Хлеб ржаной	30	1,3	0,2	6,7	34	1,17
банан	200	0,3	0,0	15,5	63	16,80
конфеты	36	1,0	1,5	13,8	73	10,99
Итого:						80,00

Повар :

ТЗ

Павлова Т.В.

МАОУ «Средняя общеобразовательная школа с.Окунево»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы

Кукушкина Н.П.



МЕНЮ

На 30.09.2020г

7-11 лет

1-д

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	к/кал	цена
-------------------	-------	---	---	---	-------	------

ЗАВТРАК

Салат из капусты с морковью	80	1,0	3,0	5,8	54	4,05
Бефстроганов	100	8,9	9,9	8,6	159	35,79
Макароны отварные	150	5,2	4,1	24,2	155	3,77
Отвар из плодов шиповника	200	0,6	0,2	15,2	65	3,66
апельсин	269	1,0	1,5	13,8	73	30,39
Хлеб пшеничный	40	2,4	0,3	11,4	58	1,56
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34	0,78
Итого:						80,00

Повар :

Павлова Т.В.

МАОУ « Средняя общеобразовательная школа с.Окунево»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы
Кукушкина Н.П.



МЕНЮ
НА 30.09.2020г

1д

Наименование блюд	выход	Б	Ж	У	к/кал	цена
-------------------	-------	---	---	---	-------	------

ЗАВТРАК

Каша ячневая жидкая с маслом	200/5	8,0	8,9	29,3	229	12,09
Бутерброд с маслом	20/10	1,6	3,5	9,9	78	6,03
Чай с сахаром	200	4,8	2,3	15,4	102	2,48
конфета	120					36,63
хлеб ржаной	30	0,9	0,3	21,0	90	1,17
Итого:						58,40

ОБЕД

Салат из белокочанной капусты с морковью	100	0,9	3,0	4,4	48	5,19
Суп гороховый с гренками	250/10	1,8	2,4	10,6	71	6,74
Макаронные изделия отварные	180	10,4	5,9	11,2	140	4,48
Бефстроганов	100	4,5	7,0	21,0	165	42,18
Напиток из шиповника	200	0,2	0,2	20,6	85	3,66
апельсин	280	0,1	0,0	11,0	44	34,44
Йогурт питьевой	400	3,9	1,8	11,0	76	31,00
Хлеб ржаной	30	2,3	0,4	11,7	60	1,17
Хлеб пшеничный	60	1,2	0,2	5,7	29	2,34
Итого:						131,20
Всего:						189,60

Повар

П.В.

Павлова Т.В.