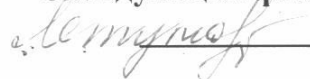


Филиал МАОУ СОШ с. Окунево Пегановская СОШ

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 день

11.01.2021г

С 11 и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	100	1,5	5,0	4,7	70	6,48
Фрикадельки из кур	120	12,9	12,9	6,4	193,3	39,53
Рис припущенный	180	4,4	4,3	35,0	196,6	9,34
Чай «Витаминный»	200	0,7	0,1	19,8	82,9	3,61
Хлеб пшеничный витаминизированный	22	10,0	0,3	8,1	38,9	1,01
Яблоко	200	0,6	0,5	19,9	86,5	19,00
Хлеб ржаной	22	0,7	0,1	9,4	40,5	1,03
итого						80.00

С 7 до 11 лет						
Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	80	1,2	4,0	2,9	52	4,59
Фрикадельки из кур	80	9,9	10,4	6,3	158,4	26,52
Рис припущенный	200	3,7	3,6	29,7	166	17,98
Чай «Витаминный»	200	0,7	0,1	19,8	82,9	4,95
Яблоко	254	0,4	0,0	14,4	59,2	24,13
Хлеб ржаной	21	0,7	0,1	9,4	41,3	0,84
Хлеб пшеничный	21	1,0	0,3	8,1	38,9	0,96
итого						80.00

Повар:

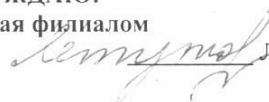


Медведева М.Л.

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 день

11.01.2021

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	2,0	0,4	10,0	52	0,69
Обед						
Салат из белокочанной капусты	80	1,6	5,0	9,4	89	3,6
Суп гороховый с гренками	250/10	4,2	4,7	23,2	152	6,08
Бефстроганов	80	10,5	12,1	4,8	170	32,6
Макароны отварные	150	3,1	2,9	38,7	193	4,27
Напиток из шиповника	200	0,5	0,2	20,8	87	4,08
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,8	0,4	24,6	118	2,3
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,38
Конфеты	29	5,1	34,9	58,8	554,5	9,49
Йогурт	400	3,9	1,8	11,0	76	56,00
Сок	600	0,7	0,0	12,2	52	43,5
Итого						189,60
С 11 лет и старше						
Завтрак						
Каша пшеничная жидкая с маслом	200/5	7,3	7,6	35,2	238	12,72
Бутерброд с маслом	20/5	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	30	2,0	0,4	10,0	52	1,38
Обед						
Салат из белокочанной капусты	100	1,6	5,0	9,4	89	4,67
Суп гороховый с гренками	250/10	4,2	4,7	23,2	152	10,6
Бефстроганов	100	10,5	12,1	4,8	170	34,04
Макароны отварные	180	3,1	2,9	38,7	193	7,46
Напиток из шиповника	200	0,5	0,2	20,8	87	4,08
Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4,6	0,5	29,5	141	2,76
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52	1,38
Печенье шоколадное	28	1,0	1,5	13,8	73	9,46
Йогурт	400	3,9	1,8	11,0	76	56
Сок	400	0,7	0,0	12,2	52	29
итого						189,60

Повар:  **Медведева М.Л.**