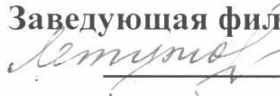


Филиал МАОУ СОШ с. Окунево Пегановская СОШ

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

12.01.2021

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	11,11
Котлета рыбная запеченная	100	10,3	9,3	12,9	176,3	22,77
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	175,5	10,27
Чай с молоком	200	2,8	2,5	20,1	114,1	5,97
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	40,5	0,92
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	38,9	0,84
Йогурт	129	1,8	1,5	4,5	38,7	10,32
Печенье барни	30	1,5	2,1	19,0	101	17,80
итого						80,00

С 7 до 11 лет						
Бутерброд с сыром	20\15	5,3	3,7	7,2	83,3	0,00
Котлета рыбная запеченная	100	10,3	9,3	12,9	176,3	0,00
Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	0,00
Чай с молоком	200	2,8	2,5	20,1	114,1	0,00
Хлеб ржаной	21	0,6	0,1	6,9	30,9	0,00
Йогурт	400	1,8	1,5	4,5	38,7	0,00
итого						0,00

Повар:



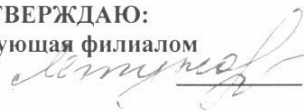
Медведева М.Л.

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.

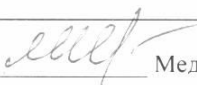
МЕНЮ

2 день

12.01.2021

С 11 и старше	выход	Белки	жиры	углеводы	ккал	цена
Завтрак						
Бутерброд горячий с сыром	45	4,3	7,9	13,5	142	16,14
Омлет натуральный с поджаривкой	200	18,9	22,8	3,5	295	33,56
Какао с молоком	200	3,5	4,0	18,6	124	8,34
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	19,95
Колбасные изделия отварные с маслом	174/5	8,5	10,3	0,4	128	46,51
Рис припущенный с овощами	180	3,2	3,8	37,0	195	19,79
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	2,76
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	2,3
Апельсин	158	0,1	0,0	23,0	92	16,3
Йогурт	100	1,8	1,5	4,5	38,7	14,00
итого						189,60

С 7 до 11 лет						
Завтрак						
Бутерброд горячий с сыром	45	4,3	7,9	13,5	142	0,00
Омлет натуральный с поджаривкой	200	18,9	22,8	3,5	295	0,00
Какао с молоком	200	3,5	4,0	18,6	124	0,00
Хлеб ржаной	15	1,3	0,2	6,7	35	0,00
Обед						
Икра кабачковая промышл. производства	70	1,8	1,4	1,9	27	0,00
Борщ с капустой и картофелем с курицей и со сметаной	250/10/5	5,9	5,7	15,2	136	0,00
Колбасные изделия отварные с маслом	80	7,9	8,7	0,3	108	0,00
Рис припущенный с овощами	150	2,9	3,2	33,2	173	0,00
Компот из сухофруктов + Витамин «С»	200	0,7	0,0	28,0	115	0,00
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	118	0,00
Хлеб ржаной	15	1,0	0,2	5,0	26	0,00
Печенье барни	60	1,5	2,1	19,0	101	0,00
Апельсин	150	0,1	0,0	23,0	92	0,00
итого						

Повар:  Медведева М.Л.