

Утверждаю:  
 Заведующий филиалом  
*В.М. Антипов*  
 «11» 04 2022 г.

«Першинская СОШ» - филиал МАОУ «Демьянская СОШ имени гвардии матроса А.Копотилова» Уватского муниципального района

МЕНЮ

«11» апреля 2022 года

Наименование блюда	Выход		Стоимость блюда		Ккал		Белки		Жиры		Угле- воды	
	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18
<b>Завтрак</b>												
Овсянка овсяная (овсянка) (70-100г)	80	100	13,94	17,34	91,0	11,3	0,6	0,7	0,1	0,1	1,5	1,9
Творог натуральный домашний												
«Домашнее» (494-2004)	80	100	37,35	43,58	162,8	103,5	13,0	16,2	12,1	15,1	0,6	0,7
Творог обезжиренный (520-2004)	100	100	9,68	9,68	97,7	97,7	2,2	2,2	3,3	3,3	14,8	14,8
Каша гречневая мелкая (534-2004)	50	80	4,36	6,67	47,4	69,5	1,2	1,9	3,0	4,1	3,9	6,2
Корейский мак (692-2004)	200	20	9,36	9,36	116,7	116,7	3,2	3,2	3,1	3,1	19,0	19,0
Хлеб пшеничный	20	40	1,30	2,60	38,9	77,8	1,0	2,0	0,3	0,6	8,1	16,2
Хлеб ржаной	20	20	1,27	1,27	40,5	40,5	0,7	0,7	0,1	0,1	9,4	9,4
Апельсин	205	205	28,70	28,70	118,4	118,4	0,8	0,8	0	0	28,8	28,8
<b>Итого за завтрак</b>			105,96	119,20	631,4	735,4	22,7	27,7	22	26,4	86,1	97
<b>Обед</b>												
Наименование блюда	Выход		Стоимость блюда		Ккал		Белки		Жиры		Угле- воды	
Картофель отварной с маслом (овощи) (1411-2004)	100		182		58		1,1		5,0		1,2	
Суп-харчо с мясом (154-1996)	250/20		32,27		193		7,5		6,8		25,4	
Куринная заправка с овощами (494,595-2004)	100/50		45,36		321		11,1		23,2		0,8	
Мама-котлетки (332-2004)	165		7,65		173		2,6		2,9		34,0	
Отвар шампиньонов (705-2004)	200		6,70		90		0,7		0,3		24,1	
Хлеб пшеничный	60		3,90		117		4,8		0,6		22,8	
Хлеб ржаной	40		2,53		81		1,9		0,4		17,5	
<b>Итого за обед</b>			116,41		1033		29,7		39,2		125,8	
<b>ИТОГО</b>			235,61		1768,4		57,4		65,6		222,8	

Ответственная за питание *Долгушина Н.М.* Долгушина Н.М.  
 Повар *Юрченко К.В.* Юрченко К.В.