

Утверждаю:
И.о.заведующего филиалом
Л.М.Каюкова
«17» сентября 2022 г.

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

МЕНЮ

«17» сентября 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
Завтрак												
Творожок с маком												
(1-200г)	30/10	30/10	8.44	8.44	133,8	133,8	2,3	2,3	7,4	7,4	14,5	14,5
Творожок с маком												
(423-200г)	100	100	47.77	47.62	170,5	170,5	12,5	12,5	10,9	10,9	5,6	5,6
Морковь отварная												
(516-200г)	150	180	5.90	7.20	191,7	250,4	4,5	5,2	3,0	3,4	36,7	51,0
Чай, сахарозаменитель												
Зеркало (636-200г)	200/10/10		6.50	6.77	62,8	62,8	0,2	0,2	0	0	15,5	15,5
Хлеб пшеница	15	20	0.98	1.30	29,4	38,9	0,8	1,0	0,2	0,3	6,1	8,1
Хлеб ржаной	15	20	0.95	1.27	30,9	40,5	0,6	0,7	0,1	0,1	6,9	9,4
Апельсин	204	204	26.52	26.52	118,4	118,4	0,8	0,8	0	0	28,8	28,8
Итого за завтрак			97,36	99.42	737,5	820,3	21,7	22,7	21,6	22,1	114,1	132,9
Обед												
Нарезка из овощей обедной (14/1, 15/1-200г, 200г)	100		20.64		61		0,9		5,0		3,1	
Суп картофельный с курицей и мясом												
(138-200г)	250/20		352		135		5,0		5,5		16,3	
Творог и кефир												
(423-200г)	250		66.06		454		23,5		16,2		53,5	
Чай с саха- ром (630- 1996)	200		1.32		61		0,2		0		13,7	
Хлеб пшеница	60		3.90		117		4,8		0,6		22,8	
Хлеб ржаной	40		2.53		81		4,9		0,3		17,5	
Апельсин	200		26.52		118,4		0,8		0		28,8	
Итого за обед			155.45		1027,4		37,1		27,6		155,7	
ИТОГО			254.87		1847,7		59,8		49,7		288,6	

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