

Утверждаю:
Заведующий филиалом
В.М. Антипов
« 15 » 09 2022 г.

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

МЕНЮ

« 15 » сентября 2022 года

Наименование блюда	Выход		Белки		Жиры		Угле- воды		Ккал		Стоимость блюда	
	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												
Салат из капусты с морковью (4.2013, Терм) 80	100		1,3	1,6	4,1	5,1	7,7	9,6	72,7	90,7	4,92	6,15
Тунец из консервов (437, леон) 100	100		9,1	9,1	4,5	7,5	3,4	3,4	117,5	117,5	4,72	4,72
Творог с сахаром мас (520, леон) 150	180		3,3	3,9	4,4	5,9	23,5	26,7	147	176,5	12,18	14,62
Сметана мас (493,2013, Терм) 200	200		0,7	0,7	0,1	0,1	19,8	19,8	82,9	82,9	5,16	5,16
Хлеб пшеничный 20	20		1,0	1,0	0,3	0,3	8,1	8,1	38,9	38,9	1,43	1,43
Хлеб ржаной 20	20		0,7	0,7	0,1	0,1	9,4	9,4	40,5	40,5	1,40	1,40
Итого за завтрак			16,1	17	16,5	19	71,9	77	499,55	46	72,09	75,76
Обед												
Наименование блюда	Выход		Белки		Жиры		Угле- воды		Ккал		Стоимость блюда	
Салат из капусты с морковью и консервами сайра (64, леон) 250/60	100		1,0		6,4		10,4		224		18,12	
Тунец (437, леон) 50/150												
Макаронные изделия (516, леон) 165												
Сок яблочный 200												
Йогурт фруктовый 100												
Хлеб пшеничный 60												
Хлеб ржаной 40												
Итого за обед			31,4		33,2		134,2		1088,7		155,83	
ИТОГО			48,4		52,2		211,2		1634,7		231,59	

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