

Утверждаю:
Заведующий филиалом
В.М.Антипов
« 19 » 09 2022 г.

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

МЕНЮ

« 19 » 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												
Какао с яблоком												
(110.2013, Переш) 80	100		1,0	1,2	0,1	0,1	12,8	15,0	55,8	65,7	8,33	10,41
Тунец с гарни												
рыба (437.2004) 100	100		9,1	9,1	7,5	7,5	3,4	3,4	117,5	117,5	472	472
Каша гречка												
Вар. рисовая												
(508.2004) 150	180		3,1	3,7	6,6	7,9	32,0	50,0	199,7	285,9	12,00	15,12
Какао с молоком	200	200	3,4	3,4	3,2	3,2	21,2	21,2	127,2	127,2	11,21	11,21
Получь молоко	100	100	1,8	1,8	1,5	1,5	4,5	4,5	38,7	38,7	32	32
Хлеб пшениц	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			20,1	20,9	19,2	20,6	91,4	111,6	619,0	714,4	84,97	89,57
Обед												
Суп гороховый												
с гречкой												
с мясом												
(139.2004) 250	10/10		7,1		9,3		32		240		35,95	
Тунец												
(437.2004) 50	150		12,2		16,9		4,9		221		58,75	
Гречка с гарни												
с вареной												
(510.2004) 165			4,9		4,4		22,0		147		8,17	
Чай с молоком												
(705.2004) 200			2,8		3,2		20,1		120		8,50	
Хлеб пшениц	60		4,8		0,6		22,8		117		4,30	
Хлеб ржан	40		1,9		0,4		17,5		81		2,80	
Хлебцо	112		0,4		0		14,4		59,2		10,64	
Итого за обед			34,1		34,8		133,7		985,2		129,11	
ИТОГО			55		55,4		245,3		1659,6		218,68	

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

Б42. 1996