

Утверждаю:
И.о.заведующего филиалом
Л.М.Каюкова
«29» 09 2022 г.

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

МЕНЮ

«29» 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												
Салат из моркови и свеклы с майонезом (12.2013)												
Термис)	80	100	9.97	12.46	80,1	105,3	2,4	4,1	6,9	7,3	3,9	5,8
Котлеты из говядины и курицы Мясное												
189.2006, салат	80	120	61.14	91.71	152,6	200,9	10,9	14,1	9,5	10,3	5,9	15,2
Салат гречневый с маком, огурцы												
(510.2004)	150	180	4.24	8.68	148,6	173,4	9,7	2,0	4,5	5,4	24,3	29,2
Чай с сахаром												
(685.2004)	200	200	1.41	1.41	60,8	60,8	0,2	0,2	0	0	15,0	15,0
Йогурт натуральный	200	200	6-	6-	156	156	4,4	4,4	5,6	5,6	22	22
Хлеб пшеничный	20	20	1.43	1.43	38,9	38,9	1,0	1,0	0,3	0,3	8,1	8,1
Хлеб ржаной	20	20	1.40	1.40	40,5	40,5	0,9	0,9	0,2	0,2	8,7	8,7
Итого за завтрак			88.59	123.09	678,3	484,8	21,3	26,7	26,1	29,1	88,6	104
Обед												
Наименование блюда	Выход		Стоимость блюда		Ккал		Белки		Жиры		Угле- воды	
Салат из капусты												
(95.2002)	100		18.12		112		0,5		3,2		5,2	
Суп с рыбными консервами												
(салат) (64.2002)	250	160	49.22		112		6,3		4,5		10,3	
Гушми												
(437.2004)	50	150	58.75		221		12,2		16,9		4,9	
Мясное сгущенное												
(516.2004)	165		8.54		173		2,6		2,9		34,0	
Сок яблочный	200		112		122		0,8		0		29,8	
Хлеб пшеничный	60		4.30		117		4,8		0,6		22,8	
Хлеб ржаной	40		2.80		81		1,9		0,4		17,5	
Итого за обед			152.83		938		29,1		28,5		124,5	
ИТОГО			275.92		1722,8		55,8		57,6		228,5	

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

