

Утверждаю:
И.о.заведующего филиалом
Л.М.Каюкова
« 03 » 10 2022 г.

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

МЕНЮ

« 3 » Октября 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 | | | | | | | | | | | | |
| Творожная запеканка (300г) | 100 | 100 | 12,44 | 12,44 | 83,3 | 83,3 | 5,3 | 5,3 | 3,7 | 3,7 | 7,2 | 7,2 |
| Котлета рубленая | | | | | | | | | | | | |
| Лаваш чеченский (388г) | 100 | 100 | 48,30 | 48,30 | 176,3 | 176,3 | 10,3 | 10,3 | 9,3 | 9,3 | 12,9 | 12,9 |
| Творог натур. | | | | | | | | | | | | |
| Фруктовое | | | | | | | | | | | | |
| Чай с молоком (150г) | 150 | 180 | 14,06 | 16,87 | 147 | 175,5 | 3,3 | 3,9 | 4,4 | 5,9 | 23,5 | 26,7 |
| Хлеб с маслом (199г) | 200 | 200 | 8,22 | 8,22 | 114,1 | 114,1 | 2,8 | 2,8 | 2,5 | 2,5 | 20,1 | 20,1 |
| Пюре | 100 | 100 | 3,2 | 3,2 | 100 | 100 | 1,9 | 1,9 | 3,2 | 3,2 | 16,4 | 16,4 |
| Хлеб ржаной | 15 | 20 | 1,05 | 1,40 | 30,9 | 40,5 | 0,6 | 0,7 | 0,1 | 0,1 | 6,9 | 9,4 |
| Хлеб пшеничный | - | 20 | - | 1,43 | - | 38,9 | - | 1,0 | - | 0,3 | - | 8,1 |
| Итого за завтрак | | | 87,04 | 91,66 | 51,6 | 428,6 | 24,2 | 25,9 | 23,2 | 25 | 87 | 100,8 |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| Наименование блюда | Выход | | Стоимость блюда | | Ккал | | Белки | | Жиры | | Угле- воды | |
| Суп гороховый с зеленью и картофелем (139г) | 250 | 200 | 35,95 | | 240 | | 7,1 | | 9,3 | | 32 | |
| Тунец (437г) | 50 | 50 | 58 | | 221 | | 12,2 | | 16,9 | | 4,9 | |
| Треска отварная (510г) | 165 | | 8,77 | | 147 | | 4,9 | | 4,4 | | 22,0 | |
| Чай с молоком (170г) | 200 | | 8,50 | | 120 | | 2,8 | | 3,2 | | 20,1 | |
| 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 | | | 117,72 | | 926 | | 33,7 | | 34,8 | | 119,3 | |
| ИТОГО | | | 209,38 | | 1654,6 | | 59,6 | | 59,8 | | 220 | |

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