

Утверждаю:
И.о.заведующего филиалом
Л.М.Каюкова
«04» 10 2022 г.

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

МЕНЮ

«4» 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												
Грибы жареные с картошкой и маслом (1,3 - 200г)	20/5/10	20/5/10	12,43	12,43	112,4	112,4	5,8	5,8	6,4	6,4	7,9	7,9
Рис с курицей и грибами (1489г) 200г)	200	300	39,70	59,87	237,8	318,7	9,0	16,1	9,8	15,1	28,4	29,6
Каша с маслом и сахаром (64г) (1996г)	200	200	11,21	11,21	127,2	127,2	3,4	3,4	3,2	3,2	21,2	21,2
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	0,7	0,7	0,1	0,1	9,4	9,4
Булочка	224	224	24,67	24,67	118,4	118,4	0,8	0,8	0	0	28,8	28,8
Итого за завтрак			90,84	111,01	675,2	756,1	20,7	27,8	19,8	25,1	103,8	105
Обед												
Наименование блюда	Выход		Стоимость блюда		Ккал		Белки		Жиры		Угле- воды	
Салат из свеклы с майонезом (22г - 200г)	100		5,85		103		1,3		7,9		6,6	
Суп с макаронами и овощами (1480г - 200г)	250/30		24,50		188		9,2		8,2		18,4	
Куриное филе (700г с тех. жиром)	100		38,30		237		15,2		16,5		6,8	
Рис пшеничный (512г - 200г)	150		9,52		156		6,3		3,1		39,2	
Каша овсяная (638г - 200г)	200		9,2		105		0,4		0		25,9	
Хлеб пшеничный	20		4,30		117		4,8		0,6		22,8	
Хлеб ржаной	40		2,80		81		1,9		0,4		17,5	
Итого за обед			94,27		987		39,1		36,7		137,2	
ИТОГО			185,11		1743		67		62		241,2	

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