

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

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

МЕНЮ

«10» октябрь 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												
Трутуберкес												
Омлет яичный (2.2004)	20/25	20/25	6.10	6.10	93	93	1.8	1.8	0.2	0.2	2.10	2.10
Шарлотка на дрожжах												
(1436.2004)	200	250	40.09	47.61	326.5	352.9	14.7	15.7	15.3	17.9	26.5	32.3
Каша с молоком												
(642.1996)	200	200	11.21	11.21	127.2	127.2	3.4	3.4	3.2	3.2	21.2	21.2
Пюре	100	100	32	32	38.7	38.7	1.8	1.8	3.2	3.2	4.5	4.5
Молоко	178	178	16.91	16.91	86.5	86.5	0.6	0.6	0.5	0.5	19.9	19.9
Хлеб пшеничный	20	40	1.43	2.87	38.9	77.8	1.0	2.0	0.3	0.6	8.1	16.2
Хлеб ржаной	20	20	1.40	1.40	40.5	40.5	0.7	0.7	0.1	0.1	16.2	16.2
Итого за завтрак			110.14	129.10	727.3	816.6	24	26	22.8	25.4	117.4	131.3
Обед												
Наименование блюда	Выход		Стоимость блюда		Ккал		Белки		Жиры		Угле- воды	
Салат из свеклы с морковью (61.2004)	100		18.90		178		1.8		7.8		7.9	
Суп - Харчо с мясом												
(154.1996)	250/20		32.75		193		7.5		6.8		25.4	
Куринная заправка с овощами												
(1484, 585.2004)	100/50		40.2		321		11.2		23.2		0.8	
Мясная котлета с вареном												
(332.2004)	165		9.22		173		2.6		2.9		34.0	
Отвар шиповника	200		8.80		90		0.7		0.3		24.1	
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			116.77		1153		30.5		42		132	
ИТОГО			245.87		1970		56.5		67.7		263.3	

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