

Утверждаю:
 заведующего филиалом
 В.М.Антипов
 «12» 10 2022 г.

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

МЕНЮ

«12» декабрь 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												
Творожок с маком (1.200г)	30/10	30/10	9.01	9.01	133,8	133,8	2,3	2,3	7,4	7,4	14,5	14,5
Бифстеголов из говядины (426.200г)	100	100	49.95	49.95	170,5	170,5	12,5	12,5	10,9	10,9	5,6	5,6
Макаком обварен (516.200г)	150	180	6.09	4.37	191,7	258,4	4,5	5,2	3,0	3,4	36,7	51,0
Чай. Кофе с сахаром завтрак (68г. 200г)	200/100	200/100	5.35	5.35	62,8	62,8	0,2	0,2	0	0	15,5	15,5
Хлеб пшеница	15	20	1.08	1.43	0,8	0,9	0,2	0,2	0,1	0,4	29,4	40,5
Хлеб ржаной	15	20	1.05	1.40	0,6	1,0	0,1	0,3	0,9	0,1	30,9	38,9
Итого за завтрак			42.56	44.45	560,2	624,4	19,8	20,6	34,3	39,2	132,6	166
Обед												
Наименование блюда	Выход		Стоимость блюда		Ккал		Белки		Жиры		Угле- воды	
Салат из свежей капусты (43.200г)	100		6.10		45		8,6		5,4		12,5	
Суп картофельный с крутой и сметаной (138.200г)	250	120	33.18		165		5,0		5,5		16,3	
Тюфля из говядины с сметаной (443.200г)	250		75.60		454		23,5		16,2		53,5	
Чай с сахаром (630.1996)	200		1.69		61		0,2		0		13,7	
Хлеб пшеница	60		4.30		117		4,8		0,6		22,8	
Хлеб ржаной	40		2.80		81		1,9		0,4		17,5	
Апельсин	230		25.30		118,4		0,8		0,0		28,8	
Итого за обед			148.97		1041,4		44,8		28,1		165,1	
ИТОГО			223.42		1666		65,4		67,3		331	

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