

Утверждаю:
 заведующего филиалом
 В.М.Антипов
 «14» 10 2022 г.

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

МЕНЮ

« 14 » 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												
Пшеничная каша с вареной (3.200г) 20/15	—	—	12.44	—	83,3	—	5,3	—	3,7	—	7,2	—
Котлета рубленая												
Молоко натуральное												
Сливочное масло с вареной (498,587 г. 200г)	20/50	—	33,70	—	199,8	—	10,4	—	12,9	—	12,2	—
Рис пропаренный мол (512.200г)	150	—	12.41	—	166	—	3,7	—	3,6	—	29,7	—
Чай с сахаром												
Каша (493.200г, Термос)	200/5	—	2.29	—	61,2	—	0,1	—	2	—	15,2	—
Хлеб ржаной 20	—	—	1.40	—	40,5	—	0,7	—	0,1	—	5,4	—
Апельсин 225	—	—	24.75	—	119,4	—	0,8	—	2	—	28,8	—
Итого за завтрак			86.99		660,2		21		18,6		102,4	
Обед												
Наименование блюда	Выход		Стоимость блюда		Ккал		Белки		Жиры		Угле- воды	
Витаминная каша мол (92.200г)	100	—	10.2	—	127	—	10,7	—	8,9	—	0,9	—
Рапсовое масло минимальное												
с мясом и сметаной (64.200г)	250/20/5	—	37.09	—	157	—	4,8	—	6,5	—	15,6	—
Творог из мол (446.199г)	200/75	—	42.40	—	303	—	18,2	—	17,4	—	15,7	—
Отвар из мороз шкотовника												
с сахаром (105.200г)	200	—	4.80	—	102	—	0,7	—	0,3	—	24,1	—
Хлеб пшеничный 60	—	—	4.30	—	117	—	4,8	—	0,6	—	22,8	—
Хлеб ржаной 40	—	—	2.80	—	89	—	1,9	—	0,4	—	17,5	—
Итого за обед			104.39		887		41,1		34,1		96,6	
ИТОГО												

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