

Утверждаю:  
 заведующего филиалом  
 В.М.Антипов  
 «26» 10 2022 г.

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

МЕНЮ

«26» 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
<b>Завтрак</b>												
Овсянка консерв												
Варено-молоч												
Грибы (100г. 200г)	80	100	19,71	24,57	815	1016	0,7	0,8	0,1	0,1	1,3	1,6
Риса, запарен												
карт с кефиром												
1341г. 2013г. Терки	80	100	59,20	44,2	140,5	183,1	11,5	14,4	7,9	9,9	4,3	9,1
Творог карт												
Фруктовое												
(1520г. 200г)	150	180	11,93	14,82	147	175,5	3,3	3,9	4,4	5,9	23,5	26,7
Какао с молоком												
(642г. 1996г)	200	200	11,21	12,21	127,2	127,2	3,4	3,4	3,2	3,2	21,2	21,2
Облепихи	210	210	19,95	19,95	173	173	1,2	1,2	1,0	1,0	39,8	39,8
Хлеб пшениц	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	9,4	9,4
<b>Итого за завтрак</b>			124,83	148,32	681,6	787,7	21,8	26,4	17	20,8	110,6	124
<b>Обед</b>												
Наименование блюда	Выход		Стоимость блюда		Ккал		Белки		Жиры		Угле- воды	
Варен шведский												
карт (43г. 200г)	100		6,10		75		8,6		0,4		12,5	
Суп картофель												
карт с крупой												
и мясом												
(138г. 200г)	250/20		33,22		135		8,0		8,5		16,3	
Творог шведский												
карт (443г. 200г)	250		45,60		454		23,5		16,2		53,5	
Чай с сахаром												
(630г. 1996г)	200		1,69		61		0,2		0		13,7	
Хлеб пшениц	60		4,30		117		4,8		0,6		22,8	
Хлеб ржаной	40		2,80		81		1,9		0,4		17,5	
Облепиха	103		9,79		59,2		0,4		0		14,4	
<b>Итого за обед</b>			133,50		982,2		44,4		23,1		150,7	
<b>ИТОГО</b>			281,82		1770		71		44		275	

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