

Утверждаю:
 заведующего филиалом
 В.М.Антипов
 « 28 » 10 2022 г.

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

МЕНЮ

« 28 » 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												
Рисовый каша с маслом (по меню)												
100г. 2013, Термоз	80	100	13.12	16.32	16.3	20.5	0.9	1.1	0.1	0.1	3.0	3.8
Минералка из кафе												
Яблоко (45г. 200г)	80	100	44.32	55.40	176	236.2	7.5	10.1	10.4	14.2	13.6	17.0
Машина кофе												
Сладкая (15г. 200г)	150	180	7.15	8.58	191.7	255.4	4.5	5.2	3.0	3.4	36.7	51
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
Молоко Чаша												
Машина	200	200	2.5	2.5	118	118	5.6	5.6	6.4	6.4	9.4	9.4
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
Итого за завтрак			97.77	113.48	644.2	762.3	20.4	23.9	20.3	24.5	95.7	114.2
Обед												
Наименование блюда	Выход		Стоимость блюда		Ккал		Белки		Жиры		Угле- воды	
Витаминизированная (92г. 200г)	100		10.2		12.7		10.7		8.9		0.9	
Рассольник												
Ленинградский с маслом и сметаной (64г. 200г)	250/10/15		36.40		15.7		4.8		6.5		15.6	
Жареное картофель с маслом (44г. 199г)	200/75		48.2		303		18.2		17.4		15.7	
Отвар из картофеля с сахаром (40г. 200г)	200		7.80		10.2		0.7		0.3		24.1	
Хлеб пшеничный	60		4.30		11.7		4.8		0.6		22.8	
Хлеб ржаной	40		2.80		8.1		1.9		0.4		17.5	
Кефир	183		17.39		118.4		0.8		0		28.8	
Итого за обед			121.69		1005.4		41.9		34.1		125.4	
ИТОГО			235.17		1768		65.8		58.6		239.6	

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