

Утверждаю:
 заведующего филиалом
 В.М.Антипов
 « 11 » 11 2022 г.

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

МЕНЮ

« 11 » ноября 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												
Вареный консерв (100г. 200г)	80	100	24,20	25,88	815	1016	9,7	9,8	9,1	9,1	1,3	1,6
Творог сухимолочный пакетированный	80	100	41,81	52,26	162,8	203,5	13,0	16,2	12,1	15,1	9,6	9,7
Творог карottageм (520г. 200г)	100	100	9,52	9,52	97,7	97,7	2,2	2,2	3,3	3,3	14,8	14,8
Какао-порошок (53г. 200г)	50	80	4,48	9,17	47,4	69,5	1,2	1,9	3,0	4,1	3,9	5,2
Кофейный комочек (69г. 200г)	200	200	11,86	11,86	116,7	116,7	3,2	3,2	3,1	3,1	19,0	19,0
Апельсин	250	250	27,48	27,48	173	173	1,2	1,2	1,0	1,0	39,8	39,8
Хлеб пшеничный	20	40	1,43	2,87	38,9	77,8	1,0	2,0	0,3	0,6	8,9	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
Итого за завтрак			122,08	137,94	685,5	789,3	23,2	28,2	23	27,4	96,9	106,7
Обед												
Салат из моркови с яблоком (95г. 200г)	100		10,82		70		7,8		4,5		52,6	
Творог с сахаром и сметаной (110г. 200г)	250	200	38,2		163		5,4		5,7		15,6	
Котлета рыбная с картошкой (170г. 200г)	100		24,25		176		13,4		10,6		6,8	
Картофельное пюре (42г. 199г)	180		15,90		170		3,8		5,3		26,7	
Молоко Чистое Малое	200		25,2		118		5,6		6,4		9,4	
Хлеб пшеничный	60		4,30		117		4,8		9,6		22,8	
Хлеб ржаной	40		2,80		81		1,9		0,4		17,5	
Итого за обед			120,87		895		42,7		33,5		151,4	
ИТОГО			258,81		1684,3		70,9		60,9		258,1	

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