



Утверждаю:  
Заведующий филиалом  
В.М.Антипов  
« 12 » января 2023 г

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

**МЕНЮ**

« 12 » января 2023 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>												
Бутерброд с сыром( №3-2004)	20\15	20\15	12,44	12,44	83,3	83,3	5,3	5,3	3,7	3,7	7,2	7,2
Котлета рыбная запечённая №388-2004	100	100	19,06	19,06	176,3	176,3	10,3	10,3	9,3	9,3	12,9	12,9
Пюре картофельное №520-2004	150	180	11,21	15,40	147,0	175,5	3,3	3,9	4,4	5,9	23,5	26,7
Чай с молоком №630-1996	200	200	6,84	6,84	114,1	114,1	2,8	2,8	2,5	2,5	20,1	20,1
Йогурт	100	100	39,00	39,00	176,3	176,3	10,3	10,3	9,3	9,3	12,9	12,9
Хлеб ржаной	20	20	1,40	1,40	40,5	40,5	0,7	0,7	0,1	0,1	9,4	9,4
Хлеб пшеничный	20	20	1,43	1,43		38,9		1		0,3		8,1
яблоко	200	-	19,00	19,00	118,4	118,4	0,8	0,8	0,0	0,0	28,8	28,8
<b>Итого за завтрак</b>			110,38	114,57	651,6	728,6	24,2	25,9	23,2	25	87	100,4
<b>Обед</b>												
Наименование блюда	Выход		Стоимость блюда		Ккал		Белки		Жиры		Угле- воды	
Суп гороховый с гречками и мясом № 139-2004	250/20/20		33,00		240		7,1		9,3		32,0	
Гуляш № 437-1996	100		53,57		221		12,2		16,9		4,9	
Гречка вязкая отварная « 510-2004	165		7,6		147		4,9		4,4		22,0	
Чай с молоком № 705-2004	200		7,03		117		4,8		0,6		24,1	
Хлеб пшеничный	40		2,87		117		4,8		0,6		22,8	
Хлеб ржаной	40		2,80		81		1,9		0,4		17,5	
<b>Итого за обед</b>			106,87		923		30,9		66,3		123,3	
<b>ИТОГО</b>												

Ответственная за питание Приходько Н.В.  
Повар Юрченко К.В.