

И.о директора МОКУ

Соболевская средняя школа

Морозова И.А.

**МЕНЮ на 14.01.22****11-17****Химический состав****Энер.****ЗАВТРАК**

			белки	жиры	углев.	ккал
1.Бутерброд с маслом,сыром	30/15/5	19,95	5,8	9,4	15,4	170,6
2. Запеканка творожная со сгущенным молоком	1/130	61,95	14	10,4	28,2	262,4
3.Пюре из моркови	1/70	7,98	1,3	3,1	5,5	42,1
3. Чай с сахаром	1/200	1,78	0,2	0	10,1	42,2
4. Хлеб ржаной	1/40	4,80	2,4	0,5	16	78,8
5.Яблоко	1/131	31,44	0,8	0,4	8,1	47
ИТОГО		127,90	24,5	23,8	83,3	643,1

ОБЕД

1.Салат витаминный	1/100	18,90	1,6	6	10,3	103,5
2. Рассольник "Домашний" с мясом и сметанной	1/250	33,53	5,4	8,4	14,8	159,2
3..Кура тушеная в смет.соусе	1/100	39,50	10	12,4	3	163,6
4.Картофельное пюре	1/180	19,12	3,8	6,3	21,8	165,4
5.Компот из сухофруктов	1/200	5,23	1	0,1	26,4	111,1
6. Хлеб пшеничный	1/80	9,60	6,1	0,6	39,4	188
7. Хлеб ржаной	1/40	4,80	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО		130,68	30,3	34,3	131,7	969,6

ПОЛДНИК

1.Булочка	1/100	50,00	8,2	5,9	57,5	305
2.Молоко кипяченое	1/250	23,67	5	2,4	27	150
ИТОГО		73,67	13,2	8,3	84,5	455

Общая стоимость:

	332,25		71,30	66,40	299,50	2067,7
Калькулятор			Чаплинская Т.А.			
Ответственный за питание			Перелыгина Е.В.			