

**Директор МОКУ
Соболевская средняя
школа Асеева И.А**



МЕНЮ на 20.01.22

11-17

11-17				Химический состав			Энер.ценн.
ЗАВТРАК				белки	жиры	углев.	
1.Бутерброд горяч.с колбасой	1/70	27,97	7	7,9	29,1	215,3	
2.Макароны отварные с сыром	1/200	30,22	10,1	12,4	34,6	280	
3.Чай с сахаром	1/200	2,46	0,1	0	10	40,2	
4.Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8	
5.Мандарин	1/100	39,70	0,75	0,6	18,3	84,6	
ИТОГО		105,55	20,35	21,4	108	698,9	
ОБЕД							
1.Салат из морской капусты	1/100	25,00	1	0,2	0,5	8,4	
2.Суп картофельный гороховый с гренками	1/275	30,14	7,6	5,2	35	209,5	
3.Котлены куриные	1/110	58,22	10,6	18,6	14,6	248	
4.Рагу из овощей	1/180	29,53	3,7	9,7	17,6	162,9	
5.Сок	1/200	18,00	0,5	0	29,7	122,4	
6. Хлеб пшеничный	1/60	7,80	4,6	0,5	29,5	141	
7. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8	
ИТОГО		173,89	30,5	34,6	143	971	
ПОЛДНИК							
1.Пирожки с капустой	1/100	10,38	6,6	5,6	40,8	242	
2.Йогурт кисломолочный	1/250	59,38	12,5	8	8,8	170	
ИТОГО		69,76	19,1	13,6	49,6	412	
Общая стоимость:		349,20					
			Всего:	70	69,6	301	2081,9
Калькулятор		Чаплинская Т.А					
Ответственный за питание		Перельгина Е.В.					