

Директор МОКУ Соболевская
средняя школа Асеева И.Н



МЕНЮ на 27.01.22			Химический состав			Энергетичн.
11-17			белки	жиры	углев.	Ккал
1. Бутерброд с маслом и джемом	20/5/30	15,31	2,4	5	30	172,8
2. Котлеты рыбные в смет.соусе	1/150	27,49	8	7,5	10,2	144
3. Гречка отварная	1/160	12,09	8,8	10,2	25,4	225
4. Кофейный напиток	1/200/13	20,44	3,3	2,4	19,9	115,1
5. Хлеб ржаной	1/40	4,80	2,4	0,5	16	78,8
6. Яблоко	1/170	40,80	0,4	0,4	9,8	47
ИТОГО		120,93	25,3	26	111,3	782,7
ОБЕД						
1. Салат из соленых огурцов	1/120	37,78	0,8	5,1	2,6	61,7
2. Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	1/250	32,94	7,3	8,8	16,7	178,1
3. Мясо тушеное	1/100	77,27	10,6	15,6	2,8	178,2
4. Картофель отварной с луком	1/180	20,17	3,7	6,4	25,3	173,8
5. Отвар шиповника	1/180	7,02	0,6	0,3	17,1	84,4
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		189,58	31,4	37,3	119,8	943
Полдник						
1. Пирожки с картошкой	1/100	10,68	6,5	4,1	44	239,5
2. Йогурт	1/100	45,00	3,4	3,1	7,1	98,8
Итого:		55,68	9,8	7,2	51,1	338,3
Общая стоимость		366,19	66,6	70,6	282,3	2064
Калькулятор	Чаплинская Т.А.					
Ответственный за питание	Перельгина Е.В.					