Директор МОКУ Соболевская средняя школа Асеева И.Н

МЕНЮ на 02.02.22						
7-10			Химический состав			Энер.ценн.
ЗАВТРАК			белки	жиры	углев.	Ккал
1Бутерброд с масл. и сыром	1/50	16,83	5,8	9,4	15,4	170,6
2.Сосиска отварная	1/86	72,24	3,3	10,6	0,2	109,4
3.Макароны отварные	1/150	5,85	5,3	4,9	34,4	203
4. Кофейный напиток	1/180	18,38	3	2,2	21,1	116,4
5. Хлеб ржаной	1/40	4,80	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО:		118,10	20,6	28	95,2	725,2
ОБЕД						
1.Салат из моркови и яблок	1/60	10,02	0,7	0,1	5,2	25,3
2. Борщ с мясом и со сметаной	1/180	24,12	3,5	3,6	11,5	94,2
3.Тефтели мясные со смет.соусом	1/120	60,03	10,1	15,6	13,7	221,3
4.Капуста тушенная	1/130	21,01	3,1	5,1	13	110,5
5. Кисель из ягод	1/180	17,09	0,1	0	19,4	79,8
6. Хлеб пшеничный	1/50	6,00	3,8	0,4	24,6	117,5
7. Хлеб ржаной	1/30	3,60	1,8	0,4	12	59,1
ИТОГО:		141,87	23,1	25,2	99,4	707,7
Полдник						7
1.Ватрушка с творогом	1/100	21,77	10,9	6,6	34,3	240,2
2.Йогурт 100,0	1/100	45,00	5	3,2	3,5	68
Итого:		66,77	15,9	9,8	37,8	308,2
Общая стоимость		326,74	57,50	61,50	232,4	1741,1
Калькулятор	Чаплинская Т.А					
Ответственный за питание	Перелыгина Е.В.					