



Директор МОКУ Соболевская  
средняя школа Асеева И.Н

МЕНЮ на 01.02.22						
11-17			Химический состав			Энер.ценн.
ЗАВТРАК			белки	жиры	углев.	Ккал
1.Бутерброд с масл. и сыром	1/50	16,83	5,8	9,4	15,4	170,6
2.Сосиска отварная	1/86	72,24	6,6	21,2	0,4	218,4
3.Макаронны отварные	1/180	6,92	6,4	5,8	36,3	223
4. Кофейный напиток	1/200	20,05	3,3	2,4	19,9	115,1
5. Хлеб ржаной	1/40	4,80	2,4	0,5	16	78,8
<b>ИТОГО:</b>		<b>120,84</b>	<b>24,9</b>	<b>39,7</b>	<b>97,8</b>	<b>852,9</b>
<b>ОБЕД</b>						
1.Салат из моркови и яблок	1/100	15,66	1,1	0,2	8,7	42,1
2. Борщ с мясом и со сметаной	1/250	32,80	4,7	5	11,9	130,8
3.Тефтели мясные со смет.соусом	1/150	70,36	12,6	19,5	15,1	258
4.Капуста тушенная	1/160	25,49	3,8	6,3	16	136
5. Кисель из ягод	1/180	20,31	0,1	0	21,5	88,6
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
<b>ИТОГО:</b>		<b>179,02</b>	<b>30,8</b>	<b>32,1</b>	<b>128,6</b>	<b>922,3</b>
<b>Полдник</b>						
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
<b>Итого:</b>		<b>66,77</b>	<b>15,9</b>	<b>9,8</b>	<b>37,8</b>	<b>308,2</b>
<b>Общая стоимость</b>		<b>366,63</b>	<b>57,50</b>	<b>61,50</b>	<b>264,2</b>	<b>2083,4</b>
Калькулятор	Чаплинская Т.А					
Ответственный за питание	Перельгина Е.В.					