



Директор МОКУ
Соболевская средняя
школа Асеева И.Н

МЕНЮ на 10.02.22 г

11-17			Химический состав			Энерг.ценн
ЗАВТРАК			Белки	Жиры	Углев.	Ккал.
1. Бутерброд с маслом	30/10	8,05	2,4	9,2	15,5	153,4
2.Каша манная жидкая с маслом	200/5	14,96	5,5	7,6	25	211,6
3. Какао с молоком	1/200	16,16	3,4	2,7	17,2	107,5
4. Хлеб ржаной	1/40	4,80	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО		43,97	14,5	20,2	81,2	589,3
ОБЕД						
1.Горошек зеленый конс.	1/70	26,16	1,1	9,8	8,8	128,7
2.Щи со свежей капустой.	1/250	32,09	5,3	8,1	9,4	132,3
3.Биточки рыбные в смет.соусе	1/200	42,38	15,2	23		
					30,8	300,4
4. Макароны отварные	200/5	6,97	6,4	5,8	36,3	223,4
5.Сок	1/200	20,00	1	0,2	20,2	86
6. Хлеб пшеничный	1/60	7,20	4,6	0,5	29,5	141
7. Хлеб ржаной	1/40	4,80	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО		139,60	36	47,9	151	1090,6
ПОЛДНИК						
1.Ватрушка с творогом	1/100	31,69	10,9	6,6	34,3	240,2
2.Йогурт питьевой	1/200	74,00	5	3,2	3,5	68
ИТОГО		105,69	15,9	9,8	37,8	308,2
Общая стоимость:		289,26	66,4	77,90	270	1988,1

Калькулятор

Ответственный за питание

Чаплинская Т.А

Перелыгина Е.В.