

Директор МОКУ Соболевская  
средняя школа Асеева И.Н



МЕНЮ на 17.02.22						
11-17			Химический состав			Энерг.ценнос
ЗАВТРАК			Белки	Жиры	Углев.	Ккалор.
1.Бутерброд с маслом,джемом	1/55	17,36	2,4	5	30	172,8
2.Биточки из говядины	1/80	43,36	8,6	9,8	9,4	163,2
3.Гречка отварная	1/150	17,03	8,8	10,2	25,4	225
3. Чай с лимоном	1/200	10,50	0,2	0	10,1	42,2
4. Хлеб ржаной	1/40	2,40	2,4	0,5	16	78,8
5.Мандарин	1/90	27,00	0,4	0,4	9,8	47
<b>ИТОГО</b>		<b>117,65</b>	<b>22,8</b>	<b>25,9</b>	<b>100,7</b>	<b>729</b>
<b>ОБЕД</b>						
1.Икра кабачковая	1/100	25,20	1,9	8,9	21,4	119
2.Рассольник "Ленинградский"	1/250	36,73	5,7	8,7	16,7	169,8
3.Рыба тушеная с овощами	1/120	57,36	21,5	13,7	10,5	251,2
4.Картофель отварной	1/180	20,19	3,5	5,7	28,5	180,1
5. Компот из ягоды	1/200	35,94	0,6	0,2	16,9	75,9
6. Хлеб пшеничный	1/80	9,80	2,4	0,5	16	78,8
7. Хлеб ржаной	1/40	<u>4,80</u>	4,6	0,5	29,5	141
<b>ИТОГО</b>		<b>190,02</b>	<b>40,2</b>	<b>38,2</b>	<b>125,8</b>	<b>1015,8</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
1. Печенье	1/30	7,80	1,8	3	30	154,2
2.Йогурт питьевой	1/200	<u>74,00</u>	10	6,4	7	136
<b>ИТОГО</b>		<b>81,80</b>	<b><u>73,00</u></b>	<b><u>70,50</u></b>	<b><u>233,5</u></b>	<b><u>1880,8</u></b>
<b>Общая стоимость:</b>		<b>389,47</b>				
			Чаплинская Т.А			
Калькулятор			Перелыгина Е.В.			
Ответственный за питание						