

Директор МОКУ
Соболевская средняя
школа Асеева И.Н.



МЕНЮ на 18.02.2022

7-10

				Химический состав			Энер.ценн.
				белки	жиры	углев.	
ЗАВТРАК							
1.Бутерброд с маслом	30/10	12,15		2,4	9,2	15,5	153,4
2.Пудинг из творога со сгущенным молоком	1/140	58,11		14	12,5	38,4	315,1
3.Пюре из моркови	1/50	7,39		0,9	2,2	3,9	30,1
4.Какао с молоком	1/200	16,60		3,4	2,7	17,2	107,5
5. Хлеб ржаной	1/20	2,40		1,2	0,2	8	39,4
6.Яблоко	1/140	33,60		0,4	0,4	9,8	47
ИТОГО		130,25		22,3	27,2	92,8	692,5
ОБЕД							
1.Огурцы соленые	1/60	28,20		0,5	0,1	1	7,8
2.Суп картофельный со сметаной	1/180	25,29		2,1	3,4	14,2	95,8
3.Бефстроганов из отварного мяса	1/90	71,49		11,3	12,9	3,5	160,4
4.Рис отварной	1/150	10,20		3,7	5,9	38,9	223,4
5. Напиток из плодов шиповника	1/180	6,30		0,6	0,3	17,1	84,4
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		151,08		23,8	23,4	111,3	748,4
ПОЛДНИК							
1. Булка обыкновенная	1/100	19,52		6,2	3,3	47,3	244,1
2.Молоко кипяченое	1/200	22,00		5,9	5,1	9,8	110,5
ИТОГО		41,52		12,1	8,4	57,2	354,6
Общая стоимость:		322,85					
			Всего:	58,6	58,8	259	1786,5
Калькулятор		Чаплинская Т.А					
Ответственный за питание		Перелыгина Е.В.					