

Директор МОКУ
Соболевская средняя
школа Асеева И.Н



МЕНЮ на 25.02.22 г							
7-10			Химический состав			Энер.ценн.	
			Белки	Жиры	Углев.	Ккал.	
ЗАВТРАК							
1. Бутерброд с маслом	30/10	12,15	2,4	9,2	15,5	153,4	
2. Каша манная молочная с маслом	160/5	14,30	4,4	6,1	20	152,5	
3. Какао с молоком	1/200	16,16	3,4	2,7	14,3	95,9	
4. Хлеб ржаной	1/20	2,40	1,2	0,2	8	39,4	
5. Мандарин	1/100	31,00	0,8	0,2	7,5	38	
ИТОГО		76,00	12,2	18,4	65,3	479,2	
ОБЕД							
1. Салат из моркови	1/70	13,56	0,7	5,9	5,2	77,2	
2. Щи со свежей капустой.	1/180	23,93	3,8	5,7	6,7	95,2	
3. Биточки рыбные в сметанном соусе	1/200	42,31	15,2	23	30,8	300,4	
4. Макароны отварные	150/5	7,90	5,2	4,8	33,8	199,7	
5. Сок	1/200	20,00	1	0,2	20,2	86	
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		117,30	31,5	40,4	133,3	935,1	
ПОЛДНИК							
1. Печенье	1/20	5,20	10,9	6,6	34,3	240,2	
2. Йогурт питьевой	1/200	74,00	5	3,2	3,5	68	
ИТОГО:		79,20	15,9	9,8	37,8	308,2	
Общая стоимость:			272,50	59,6	68,60	236,4	1722,5
Калькулятор			Чаплинская Т.А				
Ответственный за питание			Перелыгина Е.В.				