


Директор МОКУ
Соболевская средняя
школа Асеева И.Н

МЕНЮ на 25.02.22 г

11-17			Химический состав			Энерг.ценн.
ЗАВТРАК			Белки	Жиры	Углев.	Ккал.
1. Бутерброд с маслом	30/10	12,15	2,4	9,2	15,5	153,4
2.Каша манная жидкая с маслом	200/5	17,01	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
5.Мандарин	1/100	31,00	0,8	0,2	7,5	38
ИТОГО		81,12	14,5	20,2	81,2	589,3
ОБЕД						
1.Салат из моркови	1/100	21,02	1,1	9,8	8,8	128,7
2.Щи со свежей капустой.	1/250	32,97	5,3	8,1	9,4	132,3
3.Биточки рыбные в смет.соусе	1/200	42,31	15,2	23	30,8	300,4
4. Макароны отварные	200/5	9,52	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		137,82	36	47,9	151	1090,6
ПОЛДНИК						
1.Печенье	1/40	10,40	10,9	6,6	34,3	240,2
2.Йогурт питьевой	1/200	74,00	5	3,2	3,5	68
ИТОГО		84,40	15,9	9,8	37,8	308,2
Общая стоимость:		303,34	66,4	77,90	270	1988,1

Калькулятор

Ответственный за питание

Чаплинская Т.А

Перелыгина Е.В.