

Директор МОКУ
Соболевская средняя
школа Асеева И.Н



МЕНЮ на 10.03.2022

7-10

* Химический состав Энер.ценн.

ЗАВТРАК			белки	жиры	углев.		
1.Бутерброд с маслом	30/10	12,55	2,4	9,2	15,5	153,4	
2.Пудинг из творога со сгущенным молоком	1/140	63,07	14	12,5	38,4	315,1	
3.Пюре из моркови	1/50	7,32	0,9	2,2	3,9	30,1	
4.Какао с молоком	1/200	14,80	3,4	2,7	17,2	107,5	
5. Хлеб ржаной	1/20	2,40	1,2	0,2	8	39,4	
ИТОГО		100,14	22,3	27,2	92,8	692,5	
ОБЕД							
Салат из свеклы	1/60	6,25	0,5	0,1	1	7,8	
2.Суп картофельный со сметаной	1/180	27,32	2,1	3,4	14,2	95,8	
3.Бефстроганов из отварного мяса	1/90	75,83	11,3	12,9	3,5	160,4	
4.Рис отварной	1/150	10,47	3,7	5,9	38,9	223,4	
5. Напиток из плодов шиповника	1/180	7,40	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		136,87	23,8	23,4	111,3	748,4	
ПОЛДНИК							
1. Булка обыкновенная	1/100	12,40	6,2	3,3	47,3	244,1	
2.Молоко кипяченое	1/200	20,00	5,9	5,1	9,8	110,5	
ИТОГО		32,40	12,1	8,4	57,2	354,6	
Общая стоимость:		269,41					
			Всего:	58,6	58,8	259	1786,5
Калькулятор		Чаплинская Т.А					
Ответственный за питание		Перельгина Е.В.					