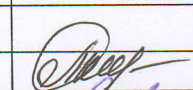
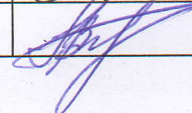


**Директор МОКУ Соболевская
средняя школа Асеева И.Н**



МЕНЮ на 11.03.22						
7-10		Химический состав			Энер.ценнос	
ЗАВТРАК			Белки	Жиры	Углев.	Ккалор.
1.Бутерброд с маслом,джемом	1/55	17,56	2,3	4,9	29,1	167,6
2.Биточки из говядины	1/80	43,86	8,6	9,8	9,4	163,2
3.Гречка отварная	1/130	14,17	7,1	8,3	32	230,9
3. Чай с лимоном	1/200	10,22	0,2	0	10,1	42,2
4. Хлеб ржаной	1/20	2,40	1,3	0,2	8	39,4
5.Мандарин	1/114	27,00	0,8	0,4	8,1	47
ИТОГО		115,21	20,3	23,6	96,7	690,3
ОБЕД						
1.Икра кабачковая	1/60	15,18	1,1	5,3	4,6	71,4
2.Рассольник "Ленинградский"	1/180	28,68	4,1	6,1	12,1	122,1
3.Рыба тушенная с овощами	1/200	48,62	17,2	11	8,4	201
4.Картофель отварной	1/150	17,99	2,9	4,8	23,8	150
4. Компот из ягоды	1/200	35,94	0,6	0,2	16,9	75,9
5. Хлеб пшеничный	1/50	6,00	3,8	0,4	24,6	117,5
6. Хлеб ржаной	1/30	3,60	1,8	0,4	12	59,1
ИТОГО		156,01	31,5	28,2	102,4	797,1
ПОЛДНИК						
1. Пряник	1/30	15,00	1,2	2	20	102,8
2.Сок	1/200	20	10	6,4	7	136
ИТОГО		35,00	11,2	8,4	27	238,8
		306,22	63,00	60,20	226,1	1726,2
Калькулятор		Чаплинская Т.А				
Ответственный за питание		Перелыгина Е.В.				