

Директор МОКУ Соболевская  
средняя школа Морозова И.А



МЕНЮ на 21.04.22			Химический состав			Энер.ценн.
11-17			белки	жиры	углев.	Ккал
1. Бутерброд с маслом и джемом	20/5/30	18,36	2,4	5	30	172,8
2. Котлеты рыбные в смет.соусе	1/150	30,69	8	7,5	10,2	144
3. Гречка отварная	1/160	19,70	8,8	10,2	25,4	225
4. Кофейный напиток	1/200	21,11	3,3	2,4	19,9	115,1
5. Хлеб ржаной	1/40	4,80	2,4	0,5	16	78,8
<b>ИТОГО</b>		<b>94,66</b>	<b>25,3</b>	<b>26</b>	<b>111,3</b>	<b>782,7</b>
<b>ОБЕД</b>						
1. Салат из квашенной капусты	1/90	14,21	0,8	5,1	2,6	61,7
2. Борщ с картофелем и сметаной	1/250	40,15	7,3	8,8	16,7	178,1
3. Мясо тушеное	1/100	83,71	10,6	15,6	2,8	178,2
4. Картофель отварной с луком	1/180	26,26	3,7	6,4	25,3	173,8
5. Отвар шиповника	1/180	8,51	0,6	0,3	17,1	84,4
6. Хлеб пшеничный	1/80	9,60	6,1	0,6	39,4	188
7. Хлеб ржаной	1/40	4,80	2,4	0,5	16	78,8
<b>ИТОГО</b>		<b>187,24</b>	<b>31,4</b>	<b>37,3</b>	<b>119,8</b>	<b>943</b>
<b>Полдник</b>						
1. Печенье	1/40	14,00	6,5	4,1	44	239,5
2. Йогурт 100	1/100	55,00	3,4	3,1	7,1	98,8
<b>Итого:</b>		<b>69,00</b>	<b>9,8</b>	<b>7,2</b>	<b>51,1</b>	<b>338,3</b>
<b>Общая стоимость</b>		<b>350,90</b>	<b>66,6</b>	<b>70,6</b>	<b>282,3</b>	<b>2064</b>
Калькулятор	Чаплинская Т.А.					
Ответственный за питание	Перельгина Е.В.					