

Директор
МОКУ

Соболевская
средняя школа
Морозова И.А

МЕНЮ на 28.04.22

11-17

Химический состав

Энергетическая ценность

			Белки	Жиры	Углев.	Ккал
ЗАВТРАК						
1. Горячий бутерброд с сыром	1/50	26,30	5,9	9,5	28,6	223,3
2. Каша гречневая молоч.	1/200	31,83	8,4	8,36	32	237,6
3. Напиток коф. с молоком	1/180	19,46	3	2,2	19,1	108,6
4. Хлеб ржаной	1/40	4,80	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО		82,39	19,7	20,56	95,7	648,3
ОБЕД						
1. Икра кабачковая	1/100	22,00	1,5	6,1	8,2	93,4
2. Рыбная уха из филе минтая	1/250	30,10	7	2,9	19,4	122,9
3. Гуляш из говядины	1/120	90,34	17,9	20,5	6,2	270
4. Капуста тушеная	1/200	53,78	4,8	9,4	19,7	170
5. Компот из сухофруктов	1/180	6,93	0	0	15,8	50,5
6. Хлеб пшеничный	1/60	6,80	4,6	0,5	29,6	141,3
7. Хлеб ржаной	1/40	4,80	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО		214,75	38,2	39,9	114,9	926,9
ПОЛДНИК						
1. Вафли	1/40	12,40	0,2	0,2	25,5	104,9
2. Сок	1/200	21	1,2	1,4	41	90,8
Итого:		33,40	1,4	1,6	66,5	195,7
Стоимость за день:		330,54	59,3	62,06	277,1	1 770,90
Калькулятор		Чаплинская Т.А.				
Ответственный за питание		Перелыгина Е.В.				