

Директор МОКУ
Соболевская средняя
школа Морозова И.А



МЕНЮ на 04.05.22 г

7-10			Химический состав			Энер.ценн.
			Белки	Жиры	Углев.	Ккал.
ЗАВТРАК						
1. Бутерброд с маслом	30/10	14,15	2,4	9,2	15,5	153,4
2. Каша манная молочная с маслом	160/5	18,23	4,4	6,1	20	152,5
3. Какао с молоком	1/200	20,65	3,4	2,7	14,3	95,9
4. Хлеб ржаной	1/20	2,40	1,2	0,2	8	39,4
ИТОГО		55,43	11,4	18,2	57,8	441,2
ОБЕД						
1. Огурцы соленые	1/60	26,64	0,7	5,9	5,2	77,2
2. Щи со свежей капустой.	1/180	26,90	3,8	5,7	6,7	95,2
3. Биточки рыбные в сметанном соусе	1/200	46,55	15,2	23	30,8	300,4
4. Макароны отварные	150/5	8,95	5,2	4,8	33,8	199,7
5. Сок	1/200	29,00	1	0,2	20,2	86
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		147,64	31,5	40,4	133,3	935,1
ПОЛДНИК						
1. Пряники	1/30	9,60	1,8	3	30	154,2
2. Йогурт 100,0	1/100	55,00	5	3,2	3,5	68
ИТОГО:		64,60	6,8	6,2	33,5	222,2
Общая стоимость:			267,67	49,7	64,80	224,6
Калькулятор			Чаплинская Т.А			
Ответственный за питание			Перелыгина Е.В.			