

Директор МОКУ Соболевская  
средняя школа Асеева И.Н



МЕНЮ на 24.05.22						
7-10			Химический состав			Энергетическое
ЗАВТРАК			Белки	Жиры	Углев.	Ккалор.
1.Бутерброд с маслом,джемом	1/55	18,42	2,3	4,9	29,1	167,6
2.Биточки из говядины	1/80	50,12	8,6	9,8	9,4	163,2
3.Гречка отварная	1/130	16,04	7,1	8,3	32	230,9
3. Чай с сахаром	1/200	2,88	0,2	0	10,1	42,2
4. Хлеб ржаной	1/20	2,40	1,3	0,2	8	39,4
<b>ИТОГО</b>		<b>89,86</b>	<b>19,5</b>	<b>23,2</b>	<b>88,6</b>	<b>643,3</b>
<b>ОБЕД</b>						
1.Икра кабачковая	1/60	16,70	1,1	5,3	4,6	71,4
2.Рассольник "Ленинградский"	1/180	26,72	4,1	6,1	12,1	122,1
3.Рыба тушеная с овощами	1/150	51,31	17,2	11	8,4	201
4.Картофель отварной	1/150	23,51	2,9	4,8	23,8	150
4. Компот из ягоды	1/200	36,59	0,6	0,2	16,9	75,9
5. Хлеб пшеничный	1/50	6,50	3,8	0,4	24,6	117,5
6. Хлеб ржаной	1/30	3,90	1,8	0,4	12	59,1
<b>ИТОГО</b>		<b>165,23</b>	<b>31,5</b>	<b>28,2</b>	<b>102,4</b>	<b>797,1</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
1. Пряник	1/30	10,50	1,2	2	20	102,8
2.Йогурт	1/100	55	10	6,4	7	136
<b>ИТОГО</b>		<b>65,50</b>	<b>11,2</b>	<b>8,4</b>	<b>27</b>	<b>238,8</b>
		<b>320,59</b>	<b>62,20</b>	<b>59,80</b>	<b>218</b>	<b>1679,2</b>
Калькулятор		Чаплинская Т.А				
Ответственный за питание		Перелыгина Е.В.				