

Директор МОКУ
Соболевская средняя
школа Асеева И.Н.



МЕНЮ на 12.09.2022			Химический состав				Энерг. ценн.
11-17			белки	жиры	углев.	Ккал	
ЗАВТРАК							
1.Бутерброд с масл. и сыром	1/50	23,96	5,8	9,4	15,4	170,6	
2.Сосиска отварная	1/55	50,80	6,6	21,2	0,4	218,4	
3.Макаронны отварные	1/180	12,20	6,4	5,8	36,3	223	
4.Кофейный напиток	1/200	21,97	3,3	2,4	19,9	115,1	
5. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8	
6.Мандарин	1/130	46,80	1,04	0,26	2,25	49,4	
ИТОГО:		160,93	25,54	39,56	90,25	855,3	
ОБЕД							
1.Салат из моркови с яблоками	1/100	18,48	1,1	0,2	8,7	42,1	
2. Борщ с мясом и со сметаной	1/250	37,50	4,7	5	11,9	130,8	
3.Тефтели мясные со смет.соусом	1/150	85,24	12,6	19,5	15,1	258	
4.Капуста тушенная	1/130	27,83	3,8	6,3	16	136	
5. Кисель из ягод	1/200	22,93	0,1	0	21,5	88,6	
6. Хлеб пшеничный	1/80	10,40	6,1	0,6	39,4	188	
7. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8	
ИТОГО:		207,58	30,8	32,1	128,6	922,3	
Полдник							
1.Ватрушка с творогом	1/100	33,02	10,9	2,4	34,3	240,2	
2.Йогурт фруктовый	1/200	50,00	5	6	27	150	
Итого:		83,02	15,9	8,4	61,3	390,2	
Общая стоимость		451,53	57,50	61,50	280,2	2167,8	
Калькулятор	Чаплинская Т.А.						
Ответственный за питание	Перелыгина Е.В.						