

Директор МОКУ Соболевская
средняя школа Асеева И.Н



МЕНЮ на 13.09.2022						
11-17		Химический состав				Энергетическое
ЗАВТРАК		Белки	Жиры	Углев.	Ккалор.	
1. Бутерброд с маслом	30/10	14,45	2,4	9,2	15,5	153,4
2. Каша молочная "Дружба"	1/250	19,94	7,2	13,2	40,1	308,2
3. Чай с молоком	1/200	15,40	1,6	1,3	12,3	66,4
4. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,4	16	78,8
5. Банан	1/215	38,70	3,22	0,57	45	206,4
ИТОГО		93,69	16,82	24,67	128,9	813,2
ОБЕД						
1. Кукуруза консервир.	1/60	32,56	1	3	5	52,7
2. Суп крестьянский с говядиной	1/250	31,73	4,2	6,3	21,4	145
3. Печень по-строгановски	1/120	37,71	16,5	10	7,2	184,8
4. Пюре картофельное	1/180	25,19	3,8	6,3	21,8	165,4
4. Сок	1/200	25,40	1	0,2	20,2	86,4
5. Хлеб пшеничный	1/80	10,40	6,1	0,6	39,4	188
6. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78
ИТОГО		168,19	35	26,9	131	900,3
ПОЛДНИК						
1. Булка обыкновенная	1/100	23,62	6,2	3,3	47,4	244,1
2. Йогурт питьевой	1/200	100	5,8	5	8,4	108
ИТОГО		123,62	12	8,3	55,8	352,1
Всего за день		385,50	63,82	59,87	315,7	2065,6
Калькулятор			Чаплинская Т.А			
Ответственный за питание			Перельгина Е.В.			