

Директор МОКУ
Соболевская
средняя школа
Асеева И.Н.



МЕНЮ на 23.09.22

7-10			Химический состав			Энер.
			белки	жиры	углев.	
ЗАВТРАК						
1.Бутерброд с маслом,сыром	30/15/5	22,15	5,8	9,4	15,4	170,6
2. Запеканка творожная со сгущенным молоком	1/120	62,12	14	10,4	28,2	262,4
3.Пюре из моркови с сах.	1/65	11,14	1,3	3,1	5,5	41,2
3. Чай с сахаром,лимоном	200/10/7	4,83	0,2	0	10,1	42,2
4. Хлеб ржаной	1/20	2,60	1,2	0,2	8	39,4
5.Яблоко	1/300	70,50	1,2	1,2	29,4	141
ИТОГО		173,34	23,7	24,3	96,6	696,8
ОБЕД						
1.Салат из квашенной капусты	1/60	9,62	1,0	3,6	6,1	62,1
2. Рассольник "Домашний" с мясом и	1/180	29,75	4,0	6	10,8	114,4
3..Кура тушеная в	1/90	35,65	6,0	11,2	2,7	147,2
4.Картофельное пюре	1/160	19,14	3,3	5,6	22,8	156
5.Кисель из кураги	1/200	25,10	1,0	0,1	26,4	111,1
6. Хлеб пшеничный	1/50	6,50	3,8	0,4	24,6	117,5
7. Хлеб ржаной	1/30	3,90	1,8	0,4	12	59,1
ИТОГО		129,66	23,9	27,3	105,4	767,4
Полдник						
1.Булка сдобная	1/100	23,57	6,2	3,3	47,4	244,1
2.Молоко кипяченое	1/200	21,10	5,9	5,1	9,8	110,5
ИТОГО		44,67	12,1	8,4	57,2	354,6
Общая стоимость:			347,67	59,70	60,00	259,20
Калькулятор			Чаплинская Т.А			
Ответственный за питание			Перельгина Е.В.			