

Директор МОКУ  
Соболевская средняя  
школа Асеева К.Н.



| МЕНЮ на 26.09.2022              |                 |               |                   |              |              |               |
|---------------------------------|-----------------|---------------|-------------------|--------------|--------------|---------------|
| 11-17                           |                 |               | Химический состав |              |              | Энерг. ценн   |
| <u>ЗАВТРАК</u>                  |                 |               | белки             | жиры         | углев.       | Ккал          |
| 1.Бутерброд с масл. и сыром     | 1/50            | 23,50         | 5,8               | 9,4          | 15,4         | 170,6         |
| 2.Сосиска отварная              | 1/55            | 58,21         | 6,6               | 21,2         | 0,4          | 218,4         |
| 3.Макароны отварные             | 1/180           | 12,01         | 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.Груша                         | 1/250           | 62,98         | 1,04              | 0,8          | 24,8         | 112,8         |
| <b>ИТОГО:</b>                   |                 | <b>183,87</b> | <b>25,54</b>      | <b>40,1</b>  | <b>112,8</b> | <b>918,7</b>  |
| <b>ОБЕД</b>                     |                 |               |                   |              |              |               |
| 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           | 36,91         | 4,7               | 5            | 11,9         | 130,8         |
| 3.Тефтели мясные со смет.соусом | 1/150           | 83,65         | 12,6              | 19,5         | 15,1         | 258           |
| 4.Капуста тушенная              | 1/130           | 22,78         | 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          |
| <b>ИТОГО:</b>                   |                 | <b>200,35</b> | <b>30,8</b>       | <b>32,1</b>  | <b>128,6</b> | <b>922,3</b>  |
| <b>Полдник</b>                  |                 |               |                   |              |              |               |
| 1.Ватрушка с творогом           | 1/100           | 32,88         | 10,9              | 2,4          | 34,3         | 240,2         |
| 2.Йогурт фруктовый              | 1/200           | 65,00         | 5                 | 6            | 27           | 150           |
| <b>Итого:</b>                   |                 | <b>97,88</b>  | <b>15,9</b>       | <b>8,4</b>   | <b>61,3</b>  | <b>390,2</b>  |
| <b>Общая стоимость</b>          |                 | <b>482,10</b> | <b>57,50</b>      | <b>61,50</b> | <b>302,7</b> | <b>2231,2</b> |
| Калькулятор                     | Чаплинская Т.А  |               |                   |              |              |               |
| Ответственный за питание        | Перельгина Е.В. |               |                   |              |              |               |