



Директор МОКУ  
Соболевская средняя  
школа Асеева И.Н

МЕНЮ на 17.10..22

7-10			Химический состав			Энер/ценность.
<b>ЗАВТРАК</b>						
1. Бутерброд горячий с колбасой	1/60	29,85	7	7,9	29,1	215,3
2. Макароны отварные с	1/150	29,17	7,6	9,3	26	210
3. Чай с сахаром	200/10	2,15	0,1	0	10	40,2
4. Хлеб ржаной	1/30	3,90	1,8	0,4	12	59,1
<b>ИТОГО</b>		<b>65,07</b>	<b>16,5</b>	<b>17,6</b>	<b>77,1</b>	<b>524,6</b>
<b>ОБЕД</b>						
1. Салат из морской капусты	1/60	16,32	0,6	0,1	0,3	5
2. Суп гороховый с гречками.	1/220	29,10	6,8	4,1	30,7	170,4
3. Котлеты куриные	1/110	68,83	10,7	18,6	14,6	248
4. Рагу из овощей	1/150	25,67	3,1	9	15,6	144
5. Сок	1/200	25,60	0,6	0	33	136
6. Хлеб пшеничный	1/20	2,60	2,3	0,2	14,8	70,5
7. Хлеб ржаной	1/30	3,90	1,8	0,4	12	59,1
<b>ИТОГО</b>		<b>172,02</b>	<b>25,8</b>	<b>32,4</b>	<b>121</b>	<b>833</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
1. Булка сдобная	1/100	23,32	6,7	5,6	40,8	242,6
2. Йогурт 100,0	1/100	65,00	10	6,4	7	136
<b>ИТОГО</b>		<b>88,32</b>	<b>16,7</b>	<b>12</b>	<b>47,8</b>	<b>378,6</b>
<b>Всего за день</b>		<b>325,41</b>	<b>59</b>	<b>62</b>	<b>245,9</b>	<b>1736,2</b>
Калькулятор			Чаплинская Т.А			
Ответственный за питание			Перельгина Е.В.			