



И.о. директора
МОКУ Соболевская
 средняя школа
 Морозова И.А

МЕНЮ на 31.10.22 г

11-17			Химический состав			Энерг.ценн.
ЗАВТРАК			Белки	Жиры	Углев.	Ккал.
1. Бутерброд с маслом	30/10	14,15	2,4	9,2	15,5	153,4
2. Каша манная жидкая с маслом	200/5	19,01	5,5	7,6	25	211,6
3. Какао с молоком	1/200	15,14	3,4	2,7	17,2	107,5
4. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО		53,69	13,7	20	73,7	551,3
ОБЕД						
1. Огурцы соленые	1/100	41,90	0,9	0,18	1,8	12,5
2. Щи со свежей капустой и картофелем	1/250	32,28	5,3	8,1	9,4	132,3
3. Биточки рыбные в смет. соусе	1/120	46,42	12,6	11,5	15,4	227,3
4. Макароны отварные	1/180	12,33	6,4	5,8	36,3	223,4
5. Сок	1/200	26,00	1	0,2	20,2	86
6. Хлеб пшеничный	1/60	6,50	4,6	0,5	29,5	141
7. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО		170,63	33,2	26,78	128,6	901,3
ПОЛДНИК						
1. Печенье	1/40	15,40	3	7,2	33,3	166,8
2. Йогурт 100,0	1/100	65	5	3,2	3,5	68
ИТОГО		80,40	8	9,6	68,1	234,8
Общая стоимость:		304,72	54,9	56,38	270	1687,4
Калькулятор	Чаплинская Т.А.					
Ответственный за питание	Перелыгина Е.В.					