

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



МЕНЮ на 07.11.2022			Химический состав			Энерг. ценн.
7-10			белки	жиры	углев.	Ккал
<u>ЗАВТРАК</u>						
1.Бутерброд с масл. и сыром	1/50	23,50	5,8	9,4	15,4	170,6
2.Сосиска отварная	1/60	49,81	3,3	10,6	0,2	109,4
3.Макаронны отварные	1/150	10,47	5,3	4,9	34,4	203
4.Кофейный напиток	1/200	21,98	3	2,2	21,1	116,4
5. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
6.Мандарин	1/116	41,40	0,92	0,23	8,7	44
<u>ИТОГО:</u>		152,36	20,72	27,83	95,8	722,2
<u>ОБЕД</u>						
1.Салат из моркови с яблоками	1/60	11,36	0,7	0,1	5,2	25,3
2. Борщ с мясом и со сметаной	1/180	26,34	3,5	3,6	11,5	94,2
3.Тефтели мясные со смет.соусом	1/120	69,20	10,1	15,6	13,7	221,3
4.Капуста тушенная	1/130	16,70	3,1	5,1	13	110,5
5. Кисель из ягод	1/180	18,29	0,1	0	19,4	79,8
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
<u>ИТОГО:</u>		152,29	23,1	25,2	99,4	707,7
<u>Полдник</u>						7
1.Булка	1/60	13,48	6,2	1,5	20	150
2.Снежок	1/200	50,00	5	6	27	150
<u>Итого:</u>		63,48	11,2	7,5	47	300
<u>Общая стоимость</u>		368,13	57,50	61,50	242,2	1729,9
Калькулятор	Чаплинская Т.А.					
Ответственный за питание	Перельгина Е.В.					