

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



МЕНЮ на 10.11.2022

7-10		Химический состав *				Энер/ценность.
<b>ЗАВТРАК</b>						
1. Бутерброд горячий с колбасой	1/60	29,29	7	7,9	29,1	215,3
2.Макаронны отварные с	1/150	29,17	7,6	9,3	26	210
3. Чай с сахаром	200/10	2,04	0,1	0	10	40,2
4. Хлеб ржаной	1/30	3,90	1,8	0,4	12	59,1
<b>ИТОГО</b>		<b>64,40</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	28,97	6,8	4,1	30,7	170,4
3.Котлеты куриные	1/110	67,47	10,7	18,6	14,6	248
4.Рагу из овощей	1/150	23,20	3,1	9	15,6	144
5. Сок	1/200	26,00	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>168,46</b>	<b>25,8</b>	<b>32,4</b>	<b>121</b>	<b>833</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
1.Пирожки с капустой	1/100	14,44	6,7	5,6	40,8	242,6
2.Йогурт питьевой	1/200	66,00	10	6,4	7	136
<b>ИТОГО</b>		<b>80,44</b>	<b>16,7</b>	<b>12</b>	<b>47,8</b>	<b>378,6</b>
<b>Всего за день</b>		<b><u>313,30</u></b>	<b><u>59</u></b>	<b><u>62</u></b>	<b><u>245,9</u></b>	<b><u>1736,2</u></b>
Калькулятор				Чаплинская Т.А		
Ответственный за питание				Перельгина Е.В.		