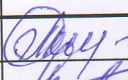
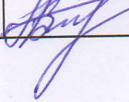


И.о директора
МОКУ Соболевская
средняя школа
Морозова И.А.



МЕНЮ на 14.11.22 г

| 7-10 | | | Химический состав * | | | Энерг.ценн. |
|---------------------------------------|---|-----------------|---------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | Белки | Жиры | Углев. | Ккал. |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 1. Бутерброд с маслом | 30/10 | 14,15 | 2,4 | 9,2 | 15,5 | 153,4 |
| 2. Каша манная жидкая с маслом | 160/5 | 14,86 | 4,4 | 6,1 | 20 | 152,5 |
| 3. Какао с молоком | 1/180 | 15,14 | 3,4 | 2,7 | 14,3 | 95,9 |
| 4. Хлеб ржаной | 1/20 | 2,60 | 1,2 | 0,2 | 8 | 39,4 |
| ИТОГО | | 46,75 | 11,4 | 18,2 | 57,8 | 441,2 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 1. Салат из моркови | 1/60 | 11,45 | 0,7 | 5,9 | 5,2 | 77,2 |
| 2. Щи со свежей капустой и картофелем | 1/180 | 24,00 | 3,8 | 5,7 | 6,7 | 95,2 |
| 3. Биточки рыбные в смет. соусе | 1/120 | 45,21 | 12,6 | 11,5 | 15,4 | 219,4 |
| 4. Макароны отварные | 150/5 | 10,23 | 5,2 | 4,8 | 33,8 | 199,7 |
| 5. Сок | 1/200 | 25,20 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86 |
| 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 |
| ИТОГО | | 126,49 | 28,7 | 28,9 | 117,9 | 854,1 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| 1. Ватрушка с творогом | 1/100 | 32,92 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83,4 |
| 2. Йогурт 100,0 | 1/100 | 65 | 5 | 3,2 | 3,5 | 68 |
| ИТОГО | | 97,92 | 6,5 | 5,2 | 18,4 | 151,4 |
| Общая стоимость: | | | 271,16 | 46,6 | 52,30 | 194,1 |
| Калькулятор |  | Чаплинская Т.А. | | | | |
| Ответственный за питание |  | Перелыгина Е.В. | | | | |