

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



МЕНЮ на 14.11.22 г

11-17			Химический состав			Энерг.ценн.	
			Белки	Жиры	Углев.	Ккал.	
<b>ЗАВТРАК</b>							
1. Бутерброд с маслом	30/10	14,15	2,4	9,2	15,5	153,4	
2. Каша манная жидкая с маслом	200/5	17,46	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	
<b>ИТОГО</b>		<b>51,95</b>	<b>13,7</b>	<b>20</b>	<b>73,7</b>	<b>551,3</b>	
<b>ОБЕД</b>							
1. Салат из моркови	1/100	18,24	1,1	9,8	8,8	128,7	
2. Щи со свежей капустой и картофелем	1/250	30,71	5,3	8,1	9,4	132,3	
3. Биточки рыбные в смет.соусе	1/120	59,68	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	25,20	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	
<b>ИТОГО</b>		<b>157,86</b>	<b>33,4</b>	<b>36,4</b>	<b>135,6</b>	<b>1017,5</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
1. Ватрушка с творогом	1/100	32,92	3	7,2	33,3	166,8	
2. Йогурт 100,0	1/100	65	5	3,2	3,5	68	
<b>ИТОГО</b>		<b>97,92</b>	<b>8</b>	<b>9,6</b>	<b>68,1</b>	<b>234,8</b>	
<b>Общая стоимость:</b>			<b>307,73</b>	<b>55,1</b>	<b>66,00</b>	<b>277</b>	<b>1803,6</b>
Калькулятор			Чаплинская Т.А.				
Ответственный за питание			Перелыгина Е.В.				