

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



МЕНЮ на 18.11.22			Химический состав			Энерг.ценн
7-10			белки	жиры	углев.	Ккал
ЗАВТРАК						
1. Горячие бутерброды с колбасой	1/55	26,60	7	7,9	29,1	215,3
2. Каша пшеничная молочная	1/200	25,23	8	10,6	41,5	293,7
3. Чай с сахаром	1/200	2,05	0,1	0	9,9	39,9
4. Хлеб ржаной	1/30	3,90	1	0,4	12	59,1
ИТОГО:		57,78	16,1	18,9	92,5	608
ОБЕД						
1. Помидоры соленые	1/60	25,02	0,7	0	1,4	8,4
2. Суп из овощей с мясом	1/180	25,36	3,7	6	9,1	95,1
3. Курица запеченная	1/100	57,49	16,4	19,5	1,2	245,9
4. Рис отварной	1/160	10,02	3,9	6,3	41,4	238,3
5. Сок	1/200	27,40	1,4	0,4	22,8	102
6. Хлеб пшеничный	1/50	6,50	3,8	0,4	24,6	117,5
7. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО:		156,99	32,3	33,1	116,5	886
Полдник						7
1. Печенье	1/20	7,68	1,5	2	14,9	83,4
2. Йогурт питьевой	1/200	69,00	5	2,4	27	150
Итого:		76,68	6,5	4,4	41,9	233,4
Общая стоимость		291,45	54,90	56,40	250,9	1727,4
Калькулятор	Чаплинская Т.А.					
Ответственный за питание	Перелыгина Е.В.					