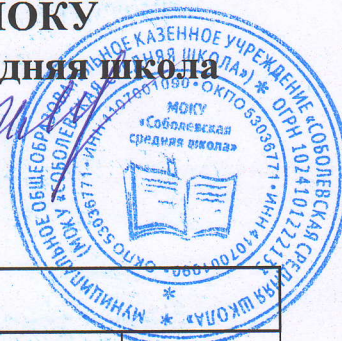
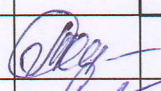



И.о директора МОКУ
Соболевская средняя школа
Морозова И.А



МЕНЮ на 21.11.22

7-10			Химический состав			Энер.ценнос
			Белки	Жиры	Углев.	Ккалор.
ЗАВТРАК						
1. Бутерброд с маслом	30/10	14,53	2,4	9,2	15,5	153,4
2. Каша молочная "Дружба"	1/180	15,00	5	9,4	28,9	221,9
3. Чай с молоком	1/200	7,04	1,6	1,3	12,3	66,4
4. Хлеб ржаной	1/20	2,60	1,2	0,2	8	39,4
ИТОГО		39,17	10,2	20,1	64,7	481,1
ОБЕД						
1. Салат из квашенной капусты	1/60	8,50	1	3	5	52,7
2. Суп крестьянский с говяжьей	1/180	21,99	3	4,5	15,4	104,4
3. Печень по-строгановски	1/120	46,15	16,5	10	7,2	184,8
4. Пюре картофельное	1/150	15,10	3,2	5,3	21,4	146,3
5. Сок	1/200	27,30	1	0,2	20,2	86
6. Хлеб пшеничный	1/60	7,50	4,6	0,5	29,5	141
7. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78
ИТОГО		129,68	31,7	24	114,7	794
ПОЛДНИК						
1. Булка обыкновенная	1/100	22,22	8	10	59	358
2. Йогурт 100,0	1/100	55	5	3,2	3,5	68
ИТОГО		77,22	13	13,2	62,5	426
Всего за день		246,07	54,90	57,30	179,4	1701,1
Калькулятор		Чаплинская Т.А				
Ответственный за питание		Перелыгина Е.В.				