

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



МЕНЮ на 21.11.22						
11-17			Химический состав			Энер.ценно
			Белки	Жиры	Углев.	Ккалор.
<u>ЗАВТРАК</u>						
1. Бутерброд с маслом	30/10	14,53	2,4	9,2	15,5	153,4
2. Каша молочная "Дружба"	1/250	19,94	7,2	13,2	40,1	308,2
3. Чай с молоком	1/200	7,04	1,6	1,3	12,3	66,4
4. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,4	16	78,8
<u>ИТОГО</u>		46,71	13,6	24,1	83,9	606,8
<u>ОБЕД</u>						
Салат из квашенной капусты	1/100	14,18	1,6	5,1	8,2	87,7
2. Суп крестьянский с говядиной	1/250	29,75	4,2	6,3	21,4	145
3. Печень по-строгановски	1/120	50,04	16,5	10	7,2	184,8
4. Пюре картофельное	1/180	21,16	3,8	6,3	21,8	165,4
4. Сок	1/200	27,30	1	0,2	20,2	86,4
5. Хлеб пшеничный	1/80	10,40	6,1	0,6	39,4	188
6. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78
<u>ИТОГО</u>		158,03	35,6	29	134,2	935,3
<u>ПОЛДНИК</u>						
1. Булка обыкновенная	1/100	22,22	6,2	3,3	47,4	244,1
2. Йогурт 100,0	1/100	55	5,8	5	8,4	108
<u>Итого:</u>		77,22	12	8,3	55,8	352,1
<u>Всего за день</u>		281,96	61,20	61,40	273,9	1894,2
Калькулятор			Чаплинская Т.А.			
Ответственный за питание			Перелыгина Е.В.			