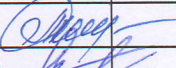


Директор МОКУ  
Соболевская средняя  
школа Асеева И.Н



МЕНЮ на 02.12.2022						
11-17						
Химический состав						Энер.ценн.
<u>ЗАВТРАК</u>			белки	жиры	углев.	Ккал
1. Бутерброд с маслом и джемом	20/5/30	19,74	2,4	5	30	172,8
2. Котлеты рыбные в смет. соусе	1/90	31,74	8	7,5	10,2	144
3. Гречка отварная	1/160	13,60	8,5	10,2	25,4	225
4. Кофейный напиток	1/200	17,49	3,3	2,4	19,9	115,1
5. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
<b>ИТОГО</b>		<b>87,64</b>	<b>24,6</b>	<b>25,6</b>	<b>101,5</b>	<b>735,7</b>
<u>ОБЕД</u>						
1. Салат из соленых огурцов	1/100	35,34	0,8	5,1	2,6	61,7
2. Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	1/250	34,74	7,3	8,8	16,7	178,1
3. Мясо тушеное	1/100	90,94	10,6	15,6	2,8	178,2
4. Картофель отварной с луком	1/180	22,08	3,7	6,4	25,3	173,8
5. Отвар шиповника	1/180	7,38	0,6	0,3	17,1	84,8
6. Хлеб пшеничный	1/80	10,40	6,1	0,6	39,4	188
7. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
<b>ИТОГО</b>		<b>206,08</b>	<b>31,5</b>	<b>37,3</b>	<b>119,9</b>	<b>943</b>
<u>Полдник</u>						
1. Пирожки с картофелем	1/100	11,52	6,8	4,2	44,1	242,1
2. Молоко кипяченое	1/200	26,40	2,7	2,5	5,7	79
<b>Итого:</b>		<b>37,92</b>	<b>9,50</b>	<b>6,70</b>	<b>49,8</b>	<b>321,1</b>
<b>Всего за день</b>		<b>331,64</b>	<b>65,60</b>	<b>69,60</b>	<b>271,2</b>	<b>1999,8</b>
Калькулятор	Чаплинская Т.А. 					
Ответственный за питание	Перелыгина Е.В. 