

Директор МОКУ  
Соболевская средняя  
школа Асеева И.И.



МЕНЮ на 05.12.22			Химический состав			Энерг.ценн.
7-10			белки	жиры	углев.	Ккал
<b>ЗАВТРАК</b>						
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	4,66	0,1	0	9,9	39,9
4. Хлеб ржаной	1/30	3,90	1	0,4	12	59,1
<b>ИТОГО:</b>		<b>60,39</b>	<b>16,1</b>	<b>18,9</b>	<b>92,5</b>	<b>608</b>
<b>ОБЕД</b>						
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	54,62	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
<b>ИТОГО:</b>		<b>154,12</b>	<b>32,3</b>	<b>33,1</b>	<b>116,5</b>	<b>886</b>
<b>Полдник</b>						
1. Пряник	1/40	17,60	2,4	4	40	206
2. Йогурт 100,0	1/100	50,00	5	3,2	3,5	68
<b>Итого:</b>		<b>67,60</b>	<b>7,4</b>	<b>7,2</b>	<b>43,5</b>	<b>274</b>
<b>Общая стоимость</b>		<b>282,11</b>	<b>55,80</b>	<b>59,20</b>	<b>252,5</b>	<b>1768</b>

Калькулятор

Чаплинская Т.А.

Ответственный за питание

Перелыгина Е.В.