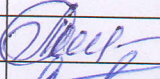



**Директор МОКУ  
Соболевская средняя  
школа Асеева И.Н.**



МЕНЮ на 08.12.2022			Химический состав			Энер.це
7-10			белки	жиры	углев.	
<b>ЗАВТРАК</b>						
1.Бутерброд с джемом	20/5/30	23,08	2,3	4,9	29,1	167,6
2. Биточки из говядины	1/80	48,40	8,6	9,8	9,4	163,2
3. Каша гречневая с маслом	1/130	12,08	7,1	8,3	32	230,9
3. Чай с сахаром	1/200	2,51	0,2	0	10,1	42,2
4. Хлеб ржаной	1/20	2,60	1,2	0,2	8	39,4
5.Мандарин	1/120	33,60	1	0,24	9	45,6
<b>ИТОГО</b>		<b>122,27</b>	<b>20,4</b>	<b>23,44</b>	<b>97,6</b>	<b>688,9</b>
<b>ОБЕД</b>						
1.Икра кабачковая	1/60	13,80	1,1	5,3	4,6	71,4
2.Рассольник "Ленинградский" с мясом	1/180	29,05	4,1	6,1	12,1	122,1
3.Рыба тушеная с овощами	1/120	50,98	17,2	11	8,4	201
4. Картофель отварной	1/150	14,15	2,9	4,8	23,8	150,1
5. Компот из ягод	1/200	33,11	0,6	0,2	16,9	75,9
6. Хлеб пшеничный	1/50	6,50	3,8	0,4	24,6	117,5
7. Хлеб ржаной	1/30	3,90	1,8	0,4	12	59,1
<b>ИТОГО</b>		<b>151,49</b>	<b>31,5</b>	<b>28,2</b>	<b>102,4</b>	<b>797,1</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
1.Пряник	1/40	16,80	2,4	4	40	205,6
2.Йогурт	1/100	69,00	10	6,4	7	136
<b>ИТОГО</b>		<b>85,80</b>	<b>12,4</b>	<b>10,4</b>	<b>47</b>	<b>341,6</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>359,56</b>	<b>64,30</b>	<b>62,04</b>	<b>247</b>	<b>1827,6</b>
Калькулятор		Чаплинская Т.А				
Ответственный за питание		Перельгина Е.В.				