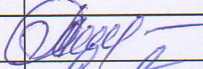
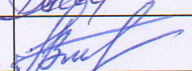


**Директор МОКУ
Соболевская средняя
школа Асеева И.Н**



МЕНЮ на 08.12.2022			Химический состав Энер.це			
11-17			белки	жиры	углев.	
ЗАВТРАК						
1.Бутерброд с джемом	20/5/30	23,08	2,4	5	30	172,8
2. Биточки из говядины	1/80	48,40	8,6	9,8	9,4	163,2
3. Каша гречневая с маслом	1/160	18,32	8,8	10,2	25,4	225
3. Чай с сахаром и лимоном	10/200	2,51	0,2	0	10,1	42,2
4. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,4	16	78,8
5.Мандарин	1/120	33,60	1	0,24	9	45,6
ИТОГО		131,11	23,4	25,64	99,9	727,6
ОБЕД						
1.Икра кабачковая	1/100	23,00	1,9	8,9	7,7	119
2.Рассольник "Ленинградский" с мясом	1/250	38,32	5,7	8,7	16,7	169,8
3.Рыба тушеная с овощами	1/150	63,10	21,5	13,7	10,5	251,2
4. Картофель отварной	1/180	16,95	3,5	5,7	28,5	180,1
5. Компот из ягод	1/200	33,11	0,6	0,2	16,9	75,9
6. Хлеб пшеничный	1/60	7,80	4,6	0,5	29,5	141
7. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,1
ИТОГО		187,48	40,2	38,2	125,8	1015,1
ПОЛДНИК						
1.Пряник	1/40	16,80	2,4	4	40	205,6
2.Йогурт питьевой	1/200	69,00	10	6,4	7	136
ИТОГО		85,80	12,4	10,4	47	341,6
Итого за день:		404,39	76,00	74,24	272,7	2084,3
Калькулятор		Чаплинская Т.А				
Ответственный за питание		Перелыгина Е.В.				