

Директор МОКУ
Соболевская средняя
школа Асеева И.Н.



МЕНЮ на 09.12.22			Химический состав			Энерг.Цент
11-17			Белки	Жиры	Углевод	Энерг.Цент
<u>ЗАВТРАК</u>						
1. Бутерброд с маслом	1/40	14,53	2,4	9,2	15,5	153,4
2. Суп молочный с макаронами	1/250	30,31	8	9,9	24,1	217
3. Какао с молоком	1/180	13,84	3,4	2,7	17,2	107,5
4. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
5. Яблоки	1/130	31,20	0,6	0,6	14,7	71
ИТОГО:		95,08	16,8	22,9	87,5	627,7
<u>ОБЕД</u>						
1. Огурцы натуральные сол.	1/100	37,80	0,8	0,1	1,7	13
2. Суп картофельный с мясом со сметаной	1/250	33,62	2,9	4,7	19,7	133,1
3. Бефстроганов из отварного мяса	1/100	93,50	12,5	14,3	3,9	178,2
4. Рис отварной	1/180	15,17	4,4	7,1	39,7	244,3
5. Напиток из плодов шиповника	1/180	7,41	0,6	0,3	17,1	84,4
5. Хлеб пшеничный	1/60	7,80	4,6	0,5	29,5	141
6. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО:		200,50	28,2	27,5	127,6	872,8
<u>ПОЛДНИК</u>						
1. Булка обыкновенная	1/100	23,40	6,2	3,3	47,4	244,1
2. Молоко кипяченое	1/250	26	7,5	6,4	12,6	138,2
ИТОГО:		49,40	13,7	9,70	60	382,3
Всего за день:		344,98	58,7	60,10	275,1	1882,8
Калькулятор						Чаплинская Т.А.
Ответственный за питание						Перелыгина Е.В.