

И.О директора
МОКУ Соболевская
средняя школа
Морозова И.А.



<u>11-17</u>			<u>Химический состав</u>			
<u>МЕНЮ на 30.11.2022</u>						
<u>ЗАВТРАК</u>			Белк	Жиры	Углево	К/Калло
1. Горячий бутерброд с	1/50	23,04	5,9	9,5	28,6	223,3
2. Каша гречневая молочная	1/200	23,58	8,4	8,6	32	237,6
3. Кофейный напиток	1/180	15,51	3	2,2	21,1	108,6
4. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
5. Яблоко	1/130	35,10	0,5	0,5	12,7	61
ИТОГО		<u>102,43</u>	<u>20,2</u>	<u>21,3</u>	<u>110,4</u>	<u>709,3</u>
<u>ОБЕД</u>						
1. Салат из свеклы отварной	1/100	7,32	1,5	6,1	8,2	93,4
2. Рыбная уха с крупой	1/250	26,32	7	2,9	19,4	122,9
3. Плов с курицей	1/250	45,56	14,3	25,25	38,25	432,5
5. Компот из сухофруктов	1/180	6,03			15,8	50,5
6. Хлеб пшеничный	1/60	7,80	4,6	0,5	29,6	141,3
7. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО		<u>98,23</u>	<u>29,8</u>	<u>35,25</u>	<u>127,25</u>	<u>919,4</u>
<u>Полдник</u>						
1. Печенье	1/40	15,40	1,2	1,4	41	181,6
2. Сок	1/200	27,40	5	2,4	27	150
Итого:		<u>42,80</u>	<u>6,2</u>	<u>3,80</u>	<u>68</u>	<u>331,6</u>
Всего за день		<u>243,46</u>	<u>56,2</u>	<u>60,35</u>	<u>305,65</u>	<u>1960,3</u>
Калькулятор		Чаплинская Т.А				
Ответственный за питание		Перелыгина Е.В.				