

Директор МОКУ
Соболевская
средняя школа
Асеева И.И.



МЕНЮ на 15.12.22						
7-10			Химический состав			Энер.
			белки	жиры	углев.	ккал
<u>ЗАВТРАК</u>						
1.Бутерброд с маслом,сыром	30/15/5	23,87	5,8	9,4	15,4	170,6
2. Запеканка творожная со сгущенным молоком	1/120	61,03	14	10,4	28,2	262,4
3. Чай с сахаром,лимоном	200/10/7	4,84	0,2	0	10,1	42,2
4. Хлеб ржаной	1/20	2,60	1,2	0,2	8	39,4
5.Мандарин	1/130	22,75	0,4	0,4	9,8	47
ИТОГО		115,09	21,6	20,4	71,5	561,6
<u>ОБЕД</u>						
1.Салат витаминный	1/60	12,34	1,0	3,6	6,1	62,1
2. Рассольник "Домашний" с мясом и сметанной	1/180	27,20	4,0	6	10,8	114,4
3..Кура тушеная в смет.соусе	1/90	33,90	6,0	11,2	2,7	147,2
4.Картофельное пюре	1/160	15,11	3,3	5,6	22,8	156
5.Кисель из кураги	1/200	24,08	1,0	0,1	26,4	111,1
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
ИТОГО		123,03	23,9	27,3	105,4	767,4
<u>Полдник</u>						
1.Булка сдобная	1/60	14,07	6,2	3,3	47,4	244,1
2.Ряженка	1/200	50,00	5,9	5,1	9,8	110,5
ИТОГО		64,07	12,1	8,4	57,2	354,6
<u>Общая стоимость:</u>						
		302,19	57,60	56,10	234,10	1684
Калькулятор			Чаплинская Т.А			
Ответственный за питание			Перельгина Е.В.			