

Директор МОКУ
Соболевская средняя
школа Асеева И.Н.



МЕНЮ на 22.12.2022

7-10		Химический состав				Энер/ценность.
ЗАВТРАК						
1. Бутерброд горячий с колбасой,сыром	1/60	28,69	7	7,9	29,1	215,3
2.Макароны отварные с сыром	1/150	29,18	7,6	9,3	26	210
3. Чай с сахаром	200/10	2,04	0,1	0	10	40,2
4. Хлеб ржаной	1/40	3,90	1,8	0,4	12	59,1
ИТОГО		63,81	16,5	17,6	77,1	524,6
ОБЕД						
1.Салат из квашенной капусты	1/60	7,74	0,6	0,1	0,3	5
2.Суп гороховый с гренками.	1/220	31,02	6,8	4,1	30,7	170,4
3.Котлеты куриные	1/110	67,29	10,7	18,6	14,6	248
4.Рагу из овощей	1/150	23,49	3,1	9	15,6	144
5.Компот из сухофруктов	1/200	7,06	0,6	0	33	136
6. Хлеб пшеничный	1/40	5,60	2,3	0,2	14,8	70,5
7. Хлеб ржаной	1/30	4,20	1,8	0,4	12	59,1
ИТОГО		146,40	25,8	32,4	121	833
ПОЛДНИК						
1.Печенье	1/20	7,70	6,7	5,6	40,8	242,6
2.Сок	1/100	27,40	5	3,2	3,5	68
ИТОГО		35,10	11,7	8,8	44,3	310,6
Всего за день		245,31	54	58,8	242,4	1668,2
Калькулятор				Чаплинская Т.А		
Ответственный за питание				Перелыгина Е.В.		