

Директор МОКУ
Соболевская средняя школа
Асеева И.Н.



МЕНЮ на 17.01.2023		Химический		Энергетическая		
11-17		состав		ценность		
ЗАВТРАК		Белки	Жиры *	Углеводы	К/Кал	
1. Бутерброд с сыром	30/15/5	24,67	5,8	9,4	15,4	170,6
2. Сосиски отварные	1/66,2	50,82	3,3	10,6	0,2	109,4
3. Макароны отварные	1/180	13,33	6,1	5,8	36,3	223,4
3. Кофейный напиток	1/200	18,67	3,3	2,4	19,9	115,1
5. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО		112,69	20,90	28,70	87,80	697,30
ОБЕД						
1. Салат из моркови	1/100	11,62	1,1	0,2	8,7	42,1
2. Борщ с мясами сметаной	1/250	35,05	4,7	5	11,9	130,8
3. Тефтели мясные с с/с	1/150	84,09	12,6	19,5	15,1	258
4. Капуста тушеная	1/160	24,73	3,8	6,3	16	136
5. Кисель из св.моро.ягоды	1/200	19,94	0,1		21,5	88,6
6. Хлеб пшеничный	1/80	10,40	6,1	0,6	39,4	188
7. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО		191,03	30,80	32,10	128,60	922,30
ПОЛДНИК						
1. Ватрушка с творогом	1/70	25,56	2,2	5,3	47	245
2. Йогурт	1/100	24,20	0,8	0	18	72
ИТОГО		49,76	3,00	5,30	65,00	317,00
Общая стоимость:		353,48	54,70	66,10	281,40	1 936,60
Калькулятор						
Ответственный за питание						

И.Н. Асеева
Е.В. Перельгина

Сложеникина Н.А.
Перельгина Е.В.