

Директор МОКУ  
Соболовская средняя  
школа Асеева И.Н.



МЕНЮ на 17.01.2023			Химический		Энергетическая	
7-10			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	1/150	11,22	5,3	4,9	34,4	203
3. Кофейный напиток	1/180	17,20	3	2,2	21,1	116,4
5. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
<b>ИТОГО</b>		<b>128,44</b>	<b>24,9</b>	<b>23,5</b>	<b>77,3</b>	<b>557,9</b>
<b>ОБЕД</b>						
1. Салат из моркови	1/60	6,97	0,7	0,1	5,2	25,3
2. Борщ с мясами сметаной	250/10	25,58	3,5	3,6	11,5	94,2
3. Тефтели мясные с с/с	1/120	72,70	10,1	15,6	13,7	221,3
4. Капуста тушеная	1/130	20,54	3,1	5,1	13	110,5
5. Кисель из св.мор.ягоды	1/180	17,97	0,1		19,4	79,8
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
<b>ИТОГО</b>		<b>154,16</b>	<b>41,5</b>	<b>25,5</b>	<b>106,3</b>	<b>825</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
1. Ватрушка с творогом	1/70	25,56	10,9	6,6	34,3	240,2
2. Йогурт	1/100	24,20	5	3,2	3,5	68
<b>ИТОГО</b>		<b>186,60</b>	<b>9,65</b>	<b>17,60</b>	<b>140,3</b>	<b>758,4</b>
<b>Общая стоимость:</b>		<b>469,20</b>	<b>76,05</b>	<b>66,60</b>	<b>323,9</b>	<b>2141</b>
Калькулятор						
Ответственный за питание						

*Исход*  
*Служ*

Сложеникина Н.А.  
Перелыгина Е.В.