

Директор МОКУ Соболевская
средняя школа Асеева И.Н.



МЕНЮ на 16.01.2023		Химический состав					Энерг.ценн.
11-17		Белки	Жиры	Углев.	К/калории		
ЗАВТРАК							
1. Бутерброд горячий с колбасой	30/15/10/10	31,28	7	7,9	29,1	215,3	
2. Каша молочная пшеничная с маслом	1/250	34,82	10,2	15,3	51,8	377,2	
3. Чай с сахаром	1/200	1,82	0,1	0	9,9	39,9	
4. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8	
5. Яблоко	1/95	20,90	0,4	0,4	9,8	47	
ИТОГО		94,02	20,10	24,10	116,60	758,20	
ОБЕД							
1. Помидор консервированный	1/100	37,17	1,1	0	2,4	14	
2. Суп из овощей с мясом	1/250	31,90	6	8,3	12,6	132,1	
3. Кура запеченая	1/100	55,67	16,4	19,5	1,2	245,9	
4. Рис отварной	1/180	16,46	4,4	7,1	39,7	244,3	
5. Сок	1/200	25,84	1,4	0,4	22,8	102	
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		182,64	37,80	36,40	134,10	1 005,10	
ПОЛДНИК							
1. Печенье	1/30	11,55	2,3	2,9	22,3	125,1	
2. Йогурт	1/100	60,00	5	3,2	3,5	68	
ИТОГО		71,55	7,30	6,10	25,80	193,10	
Общая стоимость:		348,21	65,20	66,60	276,50	1 956,40	
Калькулятор							
Ответственный за питание							

И.Н. Асеев
Н.А. Сложеникина

Сложеникина Н.А.
Перелыгина Е.В.