

Директор МОКУ  
Соболевская средняя  
школа Асеева И.Н.



МЕНЮ на 13.01.23			Химический состав			Энерг. ценность
11-17			Белки	Углеводы	Жиры	К/калории
<b>ЗАВТРАК</b>						
1. Бутерброд с сыром	30/15/5	24,94	5,8	9,4	15,4	170,6
2. Запеканка творожная со сгущенным молоком	1/140,4	77,60	14	10,4	28,2	262,4
3. Чай с лимоном	1/200	5,55	0,2	0	10,1	42,2
4. Хлеб пшеничный	1/40	5,20	1,6	0,2	7,6	39
5. Хлеб ржаной	1/30	3,90	2,4	0,5	16	78,8
6. Мандарин	1/100,9	22,20	0,8	0,2	7,6	38
<b>ИТОГО</b>		<b>139,39</b>	<b>24,80</b>	<b>20,70</b>	<b>84,90</b>	<b>631,00</b>
<b>ОБЕД</b>						
1. Салат витаминный	1/100	21,76	1,6	6	10,3	103,5
2. Рассольник домашний с мясом и сметанной	1/250	38,29	5,4	8,4	14,8	159,2
3. Курица в смет. соусе	1/100	39,15	10	12,4	3	163,6
4. Картофельное пюре	1/180	21,34	3,8	6,3	21,8	165,4
5. Кисель из кураги	1/200	26,37	1	0,1	26,4	111,1
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
<b>ИТОГО</b>		<b>162,51</b>	<b>30,30</b>	<b>34,30</b>	<b>131,70</b>	<b>969,60</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
1. Снежок	1/193,5	53,21	2,7	2,5	5,7	9
2. Булка	1/100	25,60	8,2	5,9	57,5	305
<b>ИТОГО</b>		<b>78,81</b>	<b>10,90</b>	<b>8,40</b>	<b>63,20</b>	<b>314,00</b>
<b>Общая стоимость:</b>		<b>380,71</b>	<b>66,00</b>	<b>63,40</b>	<b>279,80</b>	<b>1 914,60</b>
Калькулятор						
Ответственный за питание						

*И.Н. Асеев*

Сложеникина Н.А.  
Перельгина Е.В.