

Директор МОКУ  
Соболевская средняя школа  
Асеева И.Н.



МЕНЮ на 11.01.2023			Химический состав			Энергет.
7-10			Белки	Жиры	Углев.	ценность
<b>ЗАВТРАК</b>						
1. Бутерброд с джемом	30/5/20	21,86	2,3	4,9	29,1	167,6
2. Котлеты рыбные в с/с	1/90	26,90	8	7,5	10,2	144
3. Кофейный напиток	1/200	18,86	3,3	2,4	23,4	129
4. Хлеб ржаной	1/20	2,60	1,2	0,2	8	39,4
5. Гречка отварная	1/150	19,32	8,1	9,7	37	267,1
<b>ИТОГО</b>		<b>89,54</b>	<b>22,90</b>	<b>24,70</b>	<b>107,70</b>	<b>707,70</b>
<b>ОБЕД</b>						
1. Огурцы Консервиров.	1/60	24,62	0,5	0,1	1	7,8
2. Рассольник Ленинградский с мясом	1/180	27,26	5,7	8,7	16,7	169,8
3. Гуляш из говядины	1/120	102,18	17,9	20,5	6,2	270
4. Рис отварной	1/160	13,85	3,9	6,3	41,4	238,3
5. Отвар из шиповника	1/180	6,89	0,6	0,3	17,1	84,4
6. Хлеб пшеничный	1/60	7,80	4,6	0,5	29,5	141
7. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
<b>ИТОГО</b>		<b>187,80</b>	<b>35,60</b>	<b>36,90</b>	<b>127,90</b>	<b>990,10</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
1. Булка	1/100	23,21	8,2	5,9	57,5	305
2. Чай с сахаром	1/200	23,70	0,1	0	9,9	39,9
<b>ИТОГО</b>		<b>46,91</b>	<b>8,30</b>	<b>5,90</b>	<b>67,40</b>	<b>344,90</b>
<b>Общая стоимость</b>		<b>324,25</b>	<b>66,80</b>	<b>67,50</b>	<b>303,00</b>	<b>2 042,70</b>
Калькулятор		Сложеникина Н.А.				
Ответственный за питание		Перелыгина Е.В.				