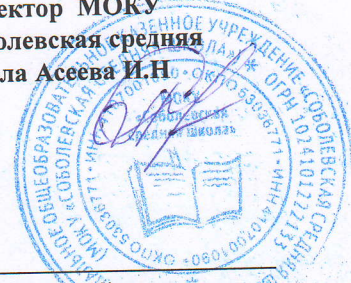


Директор МОКУ
Соболевская средняя
школа Асеева И.Н.



<u>11-17</u>			<u>Химический состав</u>			
<u>МЕНЮ на 09.01.2023</u>			<u>Белк</u>	<u>Жиры</u>	<u>Углево</u>	<u>К/Калории</u>
<u>ЗАВТРАК</u>						
1.Бутерброд с маслом и сыром	30/69/15	23,30	5,9	9,5	28,6	223,3
2.Каша гречневая молочная	1/200	25,62	8,4	8,6	32	237,6
3. Кофейный напиток	1/180	16,74	3	2,2	21,1	108,6
4. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО		<u>70,86</u>	<u>19,7</u>	<u>20,8</u>	<u>97,7</u>	<u>648,3</u>
<u>ОБЕД</u>						
1. Помидор консервиров.	1/100	37,17	1,5	6,1	8,2	93,4
2. Рыбная уха с крупой	1/250	25,58	7	2,9	19,4	122,9
3.Плов с курицей	1/250	62,76	14,3	25,25	38,25	432,5
5.Компот из сухофруктов	1/180	6,03			15,8	50,5
6. Хлеб пшеничный	1/60	7,80	4,6	0,5	29,6	141,3
7. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО		<u>144,54</u>	<u>29,8</u>	<u>35,25</u>	<u>127,25</u>	<u>919,4</u>
<u>Полдник</u>						
1.Вафли	1/40	16,06	0,6	0,7	20,5	90,8
2.Йогурт питьевой	1/100	36,03	5	2,4	27	150
Итого:		<u>52,09</u>	<u>6,2</u>	<u>3,80</u>	<u>68</u>	<u>240,8</u>
Всего за день		<u>267,49</u>	<u>55,7</u>	<u>59,85</u>	<u>292,95</u>	<u>1808,5</u>
Калькулятор						Сложеникина Н.А.
Ответственный за питание						Перельгина Е.В.