

И.О. Директора МОКУ
Соболевская средняя школа
Позднякова А.В.



МЕНЮ на 19.01.2023

7-10			Химический состав		Энерг.ценность	
ЗАВТРАК			Белки	Жиры	Углеводы	К/калпор
1. Бутерброд с маслом	30/10	10,03	2,4	9,2	15,5	153,4
2. Суп молочный с макаронными изделиями	1/200	24,12	6,4	7,9	19,3	174
3. Какао с молоком	1/180	16,1	3,4	2,7	17,2	107,5
4. Хлеб ржаной	1/20	2,60	1,2	0,2	8	39,4
ИТОГО		52,85	13,40	20,00	60,00	474,30
ОБЕД						
1. Огурцы консервиров.	январь.60	22,69	0,5	0,1	1	7,8
2. Суп картофельный со сметаной	1/200	25,06	2,1	3,4	14,2	95,8
2. Бефстроганов из отварного мяса	январь.90	80,35	11,3	12,9	3,5	160,4
3. Рис отварной	1/150	9,56	3,7	5,9	38,9	223,4
4. Компот из сухофруктов с витамином С	1/180	6,21			15,8	50,5
5. Хлеб пшеничный	1/50	6,50	3,8	0,4	24,6	117,5
6. Хлеб ржаной	1/30	3,90	1,8	0,4	12	59,1
Итого:		154,27	23,20	23,10	110,00	714,50
ПОЛДНИК						
1. Булка	1/100	16,38	8	10	59	358
2. Молоко кипяченое	1/200	23,70	5,9	5,1	9,8	110,5
ИТОГО		40,08	13,90	15,10	68,80	468,50
Общая стоимость:		247,20	50,50	58,20	238,80	1 657,30
Калькулятор						Сложеникина Н.А.
Ответственный за питание						Перельгина Е.В.