



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

МЕНЮ на 20.01.2023

11-17		Химический состав			Энер/ценност	
ЗАВТРАК						
1. Бутерброд горячий с колбасой, сыром	1/60	32,21	7	7,9	29,1	215,3
2. Макароны отварные с сыром	1/200	38,34	10,1	12,4	34,6	280
3. Чай с сахаром	200/10	1,95	0,1	0	10	40,2
4. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО		77,70	19,6	20,8	89,7	614,3
ОБЕД						
1. Салат из квашенной	1/90	12,48	1,44	4,6	7,4	7,9
2. Суп гороховый с гречками.	1/275	38,26	7,6	5,2	35	209,5
3. Котлеты куриные	1/110	55,73	10,7	18,6	14,6	248
4. Рагу из овощей	1/180	34,55	3,7	9,7	17,6	162,9
5. Сок	1/180	22,74	0,5	0	29,7	122,4
6. Хлеб пшеничный	1/60	7,80	4,6	0,5	29,5	141,6
7. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО		176,76	31	39,1	149,8	971,6
ПОЛДНИК						
1. Пирожки с капустой	1/100	14,66	6,7	5,6	40,8	242,6
2. Йогурт	1/100	60,00	5	3,2	3,5	68
ИТОГО		74,66	11,7	8,8	44,3	310,6
Всего за день		329,12	62,3	68,7	283,8	1896,5
Калькулятор		Чаплинская Т.А				
Ответственный за питание		Перелыгина Е.В.				