



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

*Handwritten signature*

**МЕНЮ на 20.01.2023**

7-10			Химический состав			Энер/ценность.
<b>ЗАВТРАК</b>						
1. Бутерброд горячий с колбасой,сыром	1/60	32,21	7	7,9	29,1	215,3
2.Макароны отварные с сыром	1/150	28,75	7,6	9,3	26	210
3. Чай с сахаром	200/10	1,95	0,1	0	10	40,2
4. Хлеб ржаной	1/30	3,90	1,8	0,4	12	59,1
<b>ИТОГО</b>		<b>66,81</b>	<b>16,5</b>	<b>17,6</b>	<b>77,1</b>	<b>524,6</b>
<b>ОБЕД</b>						
1.Салат из квашенной капусты	1/60	7,97	1	3	5	52,7
2.Суп гороховый с гречками.	1/220	29,54	6,8	4,1	30,7	170,4
3.Котлеты куриные	1/110	55,73	10,7	18,6	14,6	248
4.Рагу из овощей	1/150	25,97	3,1	9	15,6	144
5.Сок	1/200	25,30	0,6	0	33	136
6. Хлеб пшеничный	1/20	2,60	2,3	0,2	14,8	70,5
7. Хлеб ржаной	1/30	3,90	1,8	0,4	12	59,1
<b>ИТОГО</b>		<b>151,01</b>	<b>26,3</b>	<b>35,3</b>	<b>125,7</b>	<b>880,7</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
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
<b>ИТОГО</b>		<b>74,66</b>	<b>11,7</b>	<b>8,8</b>	<b>44,3</b>	<b>310,6</b>
<b>Всего за день</b>		<b>292,48</b>	<b>54,5</b>	<b>61,7</b>	<b>247,1</b>	<b>1715,9</b>
Калькулятор	<i>Handwritten signature</i>	Чаплинская Т.А				
Ответственный за питание	<i>Handwritten signature</i>	Перелыгина Е.В.				