

Директор МОКУ

Соболевская
средняя школа

Асеева И.Н.



МЕНЮ на 24.01.2023 г

7-10			Химический состав			Энер.ценн.	
ЗАВТРАК			Белки	Жиры	Углев.	Ккал.	
1. Бутерброд с маслом	30/10	14,53	2,4	9,2	15,5	153,4	
2. Каша манная жидкая с маслом	160/5	14,87	4,4	6,1	20	152,5	
3. Какао с молоком	1/180	14,41	3,4	2,7	14,3	95,9	
4. Хлеб ржаной	1/20	2,60	1,2	0,2	8	39,4	
ИТОГО		46,41	11,4	18,2	57,8	441,2	
ОБЕД							
1. Помидоры соленые	1/60	28,54	0,7	0,1	1,4	8,4	
2. Щи из свежей капусты с картофелем.	1/180	24,54	3,8	5,7	6,7	95,2	
3. Биточки рыбные в смет. соусе	1/120	46,52	12,6	11,5	15,4	219,4	
4. Макароны отварные	150/5	10,24	5,2	4,8	33,8	199,7	
5. Сок	1/200	25,26	1	0,2	20,2	86	
6. Хлеб пшеничный	1/50	6,50	3,8	0,4	24,6	117,5	
7. Хлеб ржаной	1/30	3,90	1,8	0,4	12	59,1	
ИТОГО		145,50	28,7	23,1	113,7	784,7	
ПОЛДНИК							
1. Ватрушка с джемом	1/100	21,06	1,5	2	14,9	83,4	
2. Йогурт питьевой	1/200	72	5	3,2	3,5	68	
ИТОГО		93,06	6,5	5,2	18,4	151,4	
Общая стоимость:			284,97	46,6	46,50	189,9	1377,3
Калькулятор			Чаплинская Т.А.				
Ответственный за питание			Перелыгина Е.В.				