

Директор МОКУ

Соболевская
средняя школа

Асеева И.Н.



МЕНЮ на 24.01.2023 г

11-17			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	200/5	18,63	5,5	7,6	25	211,6	
3. Какао с молоком	1/200	15,41	3,4	2,7	17,2	107,5	
4. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8	
ИТОГО		53,77	13,7	20	73,7	551,3	
ОБЕД							
1. Помидоры соленые	1/90	42,80	1,1	0,1	2,4	14	
2. Щи из свежей капусты с картофелем.	1/250	31,45	5,3	8,1	9,4	132,3	
3. Биточки рыбные в смет.соусе	1/120	60,99	12,6	11,5	15,4	227,3	
4. Макароны отварные	1/180	12,34	6,4	5,8	36,3	223,4	
5. Сок	1/200	25,26	1	0,2	20,2	86	
6. Хлеб пшеничный	1/60	7,80	4,6	0,5	29,5	141	
7. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8	
ИТОГО		185,84	33,4	26,7	129,2	902,8	
ПОЛДНИК							
1. Ватрушка с джемом	1/100	21,06	10,9	6,6	34,3	240,2	
2. Йогурт питьевой	1/200	72	5	2,4	27	150	
ИТОГО		93,06	15,9	9	61,3	390,2	
Общая стоимость:			332,67	63	55,70	264	1844,3
Калькулятор			Чаплинская Т.А				
Ответственный за питание			Перельгина Е.В.				