

Директор МОКУ
Соболевская средняя
школа Асеева И.Н.



МЕНЮ на 26.01.23			Химический состав			Энерг. ценн.
7-10			белки	жиры	углев.	Ккал
ЗАВТРАК						
1. Горячие бутерброды с колбасой	1/55	29,10	7	7,9	29,1	215,3
2. Каша пшеничная молочная	1/200	25,23	8	10,6	41,5	293,7
3. Чай с сахаром	1/200	1,83	0,1	0	9,9	39,9
4. Хлеб ржаной	1/30	4,20	1	0,4	12	59,1
ИТОГО:		60,36	16,1	18,9	92,5	608
ОБЕД						
1. Помидоры соленые	1/60	23,04	0,7	0	1,4	8,4
2. Суп из овощей с мясом	1/180	25,91	3,7	6	9,1	95,1
3. Курица запеченная	1/100	55,08	16,4	19,5	1,2	245,9
4. Рис отварной	1/160	10,02	3,9	6,3	41,4	238,3
5. Сок	1/200	25,30	1,4	0,4	22,8	102
6. Хлеб пшеничный	1/50	6,50	3,8	0,4	24,6	117,5
7. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО:		151,05	32,3	33,1	116,5	886
Полдник						
1. Печенье	1/20	7,70	0,9	1,1	30,8	136,2
2. Йогурт питьевой	1/200	55,00	5	2,4	27	150
Итого:		62,70	5,9	3,5	57,8	286,2
Общая стоимость		274,11	54,30	55,50	266,8	1780,2
Калькулятор	Чаплинская Т.А.					
Ответственный за питание	Перельгина Е.В.					