

Директор МОКУ
Соболевская
средняя школа
Асеева И.Н.



МЕНЮ на 27.01.2023						
7-10			Химический состав			Энер.
			белки	жиры	углев.	ккал
ЗАВТРАК						
1.Бутерброд с маслом,сыром	30/15/5	23,87	5,8	9,4	15,4	170,6
2. Запеканка творожная со сгущенным молоком	1/120	70,05	14	10,4	28,2	262,4
3. Чай с сахаром,лимоном	200/10/7	1,70	0,2	0	10,1	42,2
4. Хлеб ржаной	1/20	2,60	1,2	0,2	8	39,4
5.Мандарин	1/105	23,10	0,4	0,4	9,8	47
ИТОГО		121,32	21,6	20,4	71,5	561,6
ОБЕД						
1.Салат витаминный	1/60	14,83	1,0	3,6	6,1	62,1
2. Рассольник "Домашний" с мясом и	1/180	27,84	4,0	6	10,8	114,4
3..Кура тушеная в смет.соусе	1/90	36,24	6,0	11,2	2,7	147,2
4.Картофельное пюре	1/160	17,02	3,3	5,6	22,8	156
5.Кисель из ягод	1/200	19,18	1,0	0,1	26,4	111,1
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		125,51	23,9	27,3	105,4	767,4
Полдник						
1.Булка сдобная	1/60	23,73	6,2	3,3	47,4	244,1
2.Молоко	1/200	21,10	5,9	5,1	9,8	110,5
ИТОГО		44,83	12,1	8,4	57,2	354,6
Общая стоимость:		291,66	57,60	56,10	234,10	1684
Калькулятор		Чаплинская Т.А.				
Ответственный за питание		Перелыгина Е.В.				