

Директор МОКУ  
Соболевская средняя школа  
Асеева И.И.



МЕНЮ на 31.01.23

11-17			Химический состав			Энер.ценн
			Белки	Жиры	Углев.	Ккалор.
<b><u>ЗАВТРАК</u></b>						
1. Бутерброд с маслом	30/10	14,53	2,4	9,2	15,5	153,4
2. Каша молочная "Дружба"	1/250	19,94	7,2	13,2	40,1	308,2
3. Чай с молоком	1/200	6,80	1,6	1,3	12,3	66,4
4. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,4	16	78,8
5. Яблоко	1/142	31,24	0,7	0,7	13,9	55,95
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>77,71</b>	<b>14,3</b>	<b>24,8</b>	<b>97,8</b>	<b>662,75</b>
<b><u>ОБЕД</u></b>						
Салат из квашенной капусты	1/100	13,89	1,6	5,1	8,2	87,7
2. Суп крестьянский с говядиной	1/250	30,51	4,2	6,3	21,4	145
3. Печень по-строгановски	1/120	45,13	16,5	10	7,2	184,8
4. Пюре картофельное	1/180	19,98	3,8	6,3	21,8	165,4
5. Сок	1/200	27,40	1	0,2	20,2	86,4
6. Хлеб пшеничный	1/80	10,40	6,1	0,6	39,4	188
7. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>152,51</b>	<b>35,6</b>	<b>29</b>	<b>134,2</b>	<b>935,3</b>
<b><u>ПОЛДНИК</u></b>						
1. Булка обыкновенная	1/100	23,38	6,2	3,3	47,4	244,1
2. Снежок	1/200	55	5	2,4	27	150
<b><u>Итого:</u></b>		<b>78,38</b>	<b>11,2</b>	<b>5,7</b>	<b>74,4</b>	<b>394,1</b>
<b><u>Всего за день</u></b>		<b>308,60</b>	<b>61,10</b>	<b>59,50</b>	<b>306,4</b>	<b>1992,15</b>
Калькулятор						Чаплинская Т.А.
Ответственный за питание						Перельгина Е.В.