

Директор МОКУ
Соболевская средняя
школа Асеева И.Н.



МЕНЮ на 08.02.2023			Химический состав				Энерг.ценн.
7-10			белки	жиры	углев.	Ккал	
ЗАВТРАК							
1. Горячие бутерброды с колбасой	1/55	29,43	7	7,9	29,1	215,3	
2. Каша пшеничная молочная	1/200	29,68	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:		65,14	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	25,97	3,7	6	9,1	95,1	
3. Курица запеченная	1/100	58,91	16,4	19,5	1,2	245,9	
4. Рис отварной	1/160	16,49	3,9	6,3	41,4	238,3	
5. Сок	1/200	27,40	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:		163,51	32,3	33,1	116,5	886	
Полдник						7	
1. Печенье	1/20	7,70	1,5	2	14,9	83,4	
2. Йогурт	1/100	60,00	5	3,2	3,5	68	
3. Кисель из ягод	1/200	18,41	0,2	0,1	19,1	78,9	
Итого:		86,11	6,7	5,3	37,5	230,3	
Общая стоимость		314,76	55,10	57,30	246,5	1724,3	
Калькулятор	Чаплинская Т.А.						
Ответственный за питание	Перельгина Е.В.						