

**Директор МОКУ
Соболевская средняя
школа Асеева И.Н**



МЕНЮ на 07.02.2023

| 7-10 | | | Химический состав | | | Энер/ценность. |
|--|--------|----------------------|--------------------------|------------------------|---------------------|-----------------------|
| <u>ЗАВТРАК</u> | | | | | | |
| 1. Бутерброд горячий с колбасой,сыром | 1/60 | 31,34 | 7 | 7,9 | 29,1 | 215,3 |
| 2.Макаронны отварные с сыром | 1/150 | 29,96 | 7,6 | 9,3 | 26 | 210 |
| 3. Чай с сахаром | 200/10 | 1,95 | 0,1 | 0 | 10 | 40,2 |
| 4. Хлеб ржаной | 1/30 | 3,90 | 1,8 | 0,4 | 12 | 59,1 |
| ИТОГО | | 67,15 | 16,5 | 17,6 | 77,1 | 524,6 |
| <u>ОБЕД</u> | | | | | | |
| 1.Салат из морской капусты | 1/60 | 19,73 | 0,6 | 0,1 | 0,3 | 5 |
| 2.Суп гороховый с гренками. | 1/220 | 29,60 | 6,8 | 4,1 | 30,7 | 170,4 |
| 3.Котлеты куриные | 1/110 | 58,00 | 10,7 | 18,6 | 14,6 | 248 |
| 4.Рагу из овощей | 1/150 | 28,04 | 3,1 | 9 | 15,6 | 144 |
| 5.Сок | 1/180 | 24,63 | 0,6 | 0 | 33 | 136 |
| 6. Хлеб пшеничный | 1/20 | 2,60 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,5 |
| 7. Хлеб ржаной | 1/30 | 3,90 | 1,8 | 0,4 | 12 | 59,1 |
| ИТОГО | | 166,50 | 26,3 | 35,3 | 125,7 | 833 |
| <u>ПОЛДНИК</u> | | | | | | |
| 1.Пирожки с капустой | 1/100 | 12,91 | 6,7 | 5,6 | 40,8 | 242,6 |
| 2.Йогурт питьевой | 1/200 | 71,43 | 10 | 6,4 | 7 | 136 |
| ИТОГО | | 84,34 | 16,7 | 12 | 47,8 | 378,6 |
| Всего за день | | <u>317,99</u> | <u>59,5</u> | <u>64,9</u> | <u>250,6</u> | <u>1736,2</u> |
| Калькулятор | | | | Чаплинская Т.А | | |
| Ответственный за питани | | | | Перельгина Е.В. | | |