

Директор МОКУ
Соболевская средняя
школа Асеева И.Н.



МЕНЮ на 15.02.2023			Химический состав				Энерг.ценн.
7-10			белки	жиры	углев.	Ккал	
ЗАВТРАК							
1.Бутерброд с масл. и сыром	1/50	23,87	5,8	9,4	15,4	170,6	
2.Сосиска отварная	1/72	65,43	3,3	10,6	0,2	109,4	
3.Макароны отварные	1/150	10,01	5,3	4,9	34,4	203	
4.Кофейный напиток	1/200	18,45	3	2,2	21,1	116,4	
5. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8	
ИТОГО:		122,96	19,8	27,83	87,1	678,2	
ОБЕД							
1.Салат из моркови с яблоками	1/60	12,41	0,7	0,1	5,2	25,3	
2. Борщ с мясом и со сметаной	1/180	27,85	3,5	3,6	11,5	94,2	
3.Тефтели мясные со смет.соусом	1/120	72,61	10,1	15,6	13,7	221,3	
4.Капуста тушеная	1/130	17,92	3,1	5,1	13	110,5	
5. Кисель из ягод	1/180	17,92	0,1	0	19,4	79,8	
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:		159,11	23,1	25,2	99,4	707,7	
Полдник						7	
1.Ватрушка с творогом	1/60	23,30	6,54	3,96	20,6	144	
2.Йогурт 100,0	1/100	60,00	5	3,2	3,5	68	
Итого:		83,30	11,54	7,16	24,1	212	
Общая стоимость		365,37	57,50	61,50	210,6	1597,9	
Калькулятор	Чаплинская Т.А.						
Ответственный за питание	Перельгина Е.В.						