

Директор МОКУ
Соболевская средняя
школа Асеева И.Н.



МЕНЮ на 15.02.2023			Химический состав			Энерг.ценн.
11-17			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	1/68	61,49	6,6	21,2	0,4	218,4
3.Макароны отварные	1/180	11,78	6,4	5,8	36,3	223
4.Какао с молоком	1/200	20,06	3,3	2,4	19,9	115,1
5. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО:		122,40	24,5	39,53	88	805,9
ОБЕД						
1.Салат из моркови с яблоками	1/100	20,66	1,1	0,2	8,7	42,1
2. Борщ с мясом и со сметаной	1/250	37,45	4,7	5	11,9	130,8
3.Тефтели мясные со смет.соусом	1/150	84,04	12,6	19,5	15,1	258
4.Капуста тушенная	1/130	21,93	3,8	6,3	16	136
5. Кисель из ягод	1/200	19,37	0,1	0	21,5	88,6
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	78,8
ИТОГО:		199,05	30,8	32,1	128,6	922,3
Полдник						
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		404,75	57,50	61,50	240,7	1940,2
Калькулятор	Чаплинская Т.А.					
Ответственный за питание	Перелыгина Е.В.					