

Директор МОКУ
Соболевская средняя
школа Асеева И.Н



МЕНЮ на 17.02.2023						
7-10			Химический состав			Энерг.це
ЗАВТРАК			белки	жиры	углев.	
1.Бутерброд с джемом	20/5/30	20,08	2,3	4,9	29,1	167,6
2. Биточки из говядины	1/80	49,84	8,6	9,8	9,4	163,2
3. Каша гречневая с маслом	1/130	15,22	7,1	8,3	32	230,9
3. Чай с сахаром	1/200	4,50	0,2	0	10,1	42,2
4. Хлеб ржаной	1/20	2,60	1,2	0,2	8	39,4
ИТОГО		92,24	19,4	23,2	88,6	643,3
ОБЕД						
1.Икра кабачковая	1/60	13,80	1,1	5,3	4,6	71,4
2.Рассольник "Ленинградский" с мясом	1/180	30,12	4,1	6,1	12,1	122,1
3.Рыба тушеная с овощами	1/120	51,91	17,2	11	8,4	201
4. Картофель отварной	1/150	15,09	2,9	4,8	23,8	150,1
5. Компот из ягод	1/200	35,89	0,6	0,2	16,9	75,9
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		157,21	31,5	28,2	102,4	797,1
ПОЛДНИК						
1.Вафли	1/20	7,50	1,2	2	2	102,8
2.Молоко кипяченое	1/200	25,32	5,9	5,1	9,7	110,5
ИТОГО		32,82	7,1	7,1	11,7	213,3
Всего за день:		282,27	58,00	58,50	202,7	1653,7
Калькулятор			Чаплинская Т.А			
Ответственный за питание			Перелыгина Е.В.			