

Директор МОКУ
Соболевская средняя
школа Асеева И.Н



МЕНЮ на 20.02.2023

7-10		Химический состав				Энер/ценность.
ЗАВТРАК						
1. Бутерброд горячий с колбасой,сыром	1/60	28,88	7	7,9	29,1	215,3
2.Макаронны отварные с сыром	1/150	28,83	7,6	9,3	26	210
3. Чай с сахаром	200/10	1,80	0,1	0	10	40,2
4. Хлеб ржаной	1/30	3,90	1,8	0,4	12	59,1
ИТОГО		63,41	16,5	17,6	77,1	524,6
ОБЕД						
1.Горошек зеленый	1/60	28,75	0,6	0,1	0,3	5
2.Суп гороховый с гречками.	1/220	29,60	6,8	4,1	30,7	170,4
3.Котлеты куриные	1/110	56,25	10,7	18,6	14,6	248
4.Рагу из овощей	1/150	26,46	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		172,19	26,3	35,3	125,7	833
ПОЛДНИК						
1.Пирожки с капустой	1/100	13,91	6,7	5,6	40,8	242,6
2.Йогурт 100,0	1/100	60,00	10	6,4	7	136
ИТОГО		73,91	16,7	12	47,8	378,6
Всего за день		309,51	59,5	64,9	250,6	1736,2
Калькулятор				Чаплинская Т.А		
Ответственный за питани				Перельгина Е.В.		