

Директор МОКУ
Соболевская средняя
школа Асеева И.Н.



МЕНЮ на 20.03.2023						
11-17			Химический состав			Энерг.Цен
			Белки	Жиры	Углеводь	Энерг.Цен
<u>ЗАВТРАК</u>						
1. Бутерброд с маслом	1/40	18,13	2,4	9,2	15,5	153,4
2. Суп молочный с макаронами	1/250	36,28	8	9,9	24,1	217
3. Какао с молоком	1/180	15,64	3,4	2,7	17,2	107,5
4. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО:		75,25	16,2	22,3	72,8	556,7
<u>ОБЕД</u>						
1. Огурцы натуральные сол.	1/100	38,50	0,8	0,1	1,7	13
2. Суп картофельный со сметаной	1/250	35,02	2,9	4,7	19,7	133,1
3. Бефстроганов из отварного мяса	1/100	96,54	12,5	14,3	3,9	178,2
4. Рис отварной	1/180	18,09	4,4	7,1	39,7	244,3
5. Напиток из плодов шиповника	1/180	7,77	0,6	0,3	17,1	84,4
5. Хлеб пшеничный	1/60	7,80	4,6	0,5	29,5	141
6. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО:		208,92	28,2	27,5	127,6	872,8
<u>ПОЛДНИК</u>						
1. Булка	1/100	28,76	10,9	6,6	34,3	240,2
2. Молоко кипяченое	1/200	25,2	5,9	5,1	9,8	110,5
ИТОГО:		53,96	16,8	11,70	44,1	350,7
Всего за день:		338,13	61,2	61,50	244,5	1780,2
Калькулятор				Чаплинская Т.А		
Ответственный за питание				Перельгина Е.В.		