И.о директора МОКУ Соболевская средняя школа Морозов А.И

7-10						
МЕНЮ на 02.05.2023			Химический состав			
ЗАВТРАК			Белки	Жиры	Углевод	К/Калл.
1.Бутерброд с маслом и сыром	30/6/15	29,20	5,9	9,5	28,6	223,3
2.Каша гречневая молочная	1/160	21,56	6,7	6,9	29,3	206,1
3. Кофейный напиток	1/180	22,05	3	2,2	21,1	116,4
4. Хлеб ржаной	1/20	2,60	1,2	0,2	8	39,4
ИТОГО		75,41	16,8	18,8	87	585,2
ОБЕД						
1.Огурцы соленые	1/60	25,38	0,5	0,1	1	7,8
2. Рыбная уха с крупой	1/200	24,23	5,6	2,1	15,5	98,3
3.Плов с курицей	1/150	38,10	8,55	15,15	22,95	259,5
4.Компот из сухофруктов	1/180	6,42	0	0	15,8	50,5
5. Хлеб пшеничный	1/50	6,50	3,8	0,4	24,6	117,5
6. Хлеб ржаной	1/30	3,90	1,8	0,4	12	59,1
ИТОГО		104,53	20,65	21,75	95,75	592,7
Полдник						
1.Вафли	1/20	7,70	0,6	0,7	20,5	90,8
2.Йогурт	1/100	65,00	5	3,2	3,5	68
Итого:		72,70	5,6	3,90	24	158,8
Всего за день		252,64	43,05	44,45	206,75	1336,7
Калькулятор		Чаплинская Т.А				
Ответственный за питани		Перелыгина Е.В.				