

Директор МОКУ
Соболевская средняя
школа Морозов А.И



МЕНЮ на 10.05.2023 г

7-10			Химический состав			Энер.ценн.
ЗАВТРАК			Белки	Жиры	Углев.	Ккал.
1. Бутерброд с маслом	30/10	18,13	2,4	9,2	15,5	153,4
2. Каша манная молочная с маслом	160/5	18,36	4,4	6,1	20	152,5
3. Какао с молоком	1/180	17,21	3,4	2,7	14,3	95,9
4. Хлеб ржаной	1/20	2,60	1,2	0,2	8	39,4
ИТОГО		56,30	11,4	18,2	57,8	441,2
ОБЕД						
1. Салат из моркови	1/60	10,37	0,9	3,7	4,9	56,1
2. Щи из свежей капусты с картофелем.	1/180	25,04	3,8	5,7	6,7	95,2
3. Биточки рыбные в смет. соусе	1/120	49,22	12,6	11,5	15,4	219,4
4. Макароны отварные	150/5	12,18	5,2	4,8	33,8	199,7
5. Сок	1/200	28,85	1	0,2	20,2	86
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		136,06	29,1	26,7	117,6	833
ПОЛДНИК						
1. Ватрушка с повидлом	1/100	15,54	10,9	6,6	34,3	240,2
2. Йогурт	1/100	63	5	3,2	3,5	68
ИТОГО		78,54	15,9	9,8	37,8	308,2
Общая стоимость:		270,90	56,4	54,70	213,2	1582,4
Калькулятор			Чаплинская Т.А			
Ответственный за питание			Перельгина Е.В.			