

Директор МОКУ
Соболевская средняя
школа Асеева И.Н.



11-17			Химический состав			
МЕНЮ на 03.04.2023			Белки	Жиры	Углеводы	К/Калл
ЗАВТРАК						
1.Бутерброд с маслом и сыром	30/69/15	29,20	5,9	9,5	28,6	223,3
2.Каша гречневая молочная	1/200	26,93	8,4	8,6	32	237,6
3. Кофейный напиток	1/180	17,55	3	2,2	21,1	108,6
4. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
5.Мандарин	1/128	29,44	1,02	0,26	10,24	48,6
ИТОГО		108,32	20,72	21,06	107,94	696,9
ОБЕД						
1.Салат из свеклы	1/100	8,30	1,5	6,1	8,2	93,4
2. Рыбная уха с крупой	1/250	28,61	7	2,9	19,4	122,9
3.Плов с курицей	1/250	62,54	14,25	25,25	38,25	432,5
5.Компот из сухофруктов	1/180	6,16			15,8	50,5
6. Хлеб пшеничный	1/60	7,80	4,6	0,5	29,6	141,3
7. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО		118,61	29,75	35,25	127,25	919,4
Полдник						
1.Печенье	1/40	15,40	3	4	29,8	166,8
2.Сок	1/200	27,40	1,4	0,4	22,8	102
Итого:		42,80	4,4	4,40	52,6	268,8
Всего за день		269,73	54,87	60,71	287,79	1885,1
Калькулятор			Чаплинская Т.А.			
Ответственный за питание			Перелыгина Е.В.			