

Директор МОКУ  
Соболевская средняя  
школа Асеева И.Н



МЕНЮ на 11.04.2023						
7-10						
						Энер.ценн.
<u>ЗАВТРАК</u>			белки	жиры	углев.	Ккал
1.Бутерброд с масл. и сыром	1/50	25,67	5,8	9,4	15,4	170,6
2.Поджарка из свинины	1/80	49,18	10,15	28,9	2,67	310
3.Макаронны отварные	1/150	11,92	5,3	4,9	34,4	203
4.Кофейный напиток с молоком	1/200	18,45	0,1	0	9,9	44,5
5. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
6.Яблоки	1/121	23,00	0,5	0,5	12,74	61,1
<b>ИТОГО:</b>		<b>133,42</b>	<b>24,25</b>	<b>44,2</b>	<b>91,11</b>	<b>868</b>
<u>ОБЕД</u>						
1.Салат из моркови с яблоками	1/60	12,41	0,7	0,1	5,2	25,3
2. Борщ с мясом и со сметаной	1/180	27,85	3,5	3,6	11,5	94,2
3 Жаркое по-домашнему	1/200	85,68	18,5	20,7	19	337,1
5. Кисель из ягод	1/180	17,92	0,1	0	19,4	79,8
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
<b>ИТОГО:</b>		<b>154,26</b>	<b>23,1</b>	<b>25,2</b>	<b>99,4</b>	<b>713</b>
<u>Полдник</u>						
1.Ватрушка с творогом	1/60	23,30	6,54	3,96	20,6	144
2.Ряженка	1/200	55,00	5	2,4	27	150
<b>Итого:</b>		<b>78,30</b>	<b>11,54</b>	<b>6,36</b>	<b>47,6</b>	<b>294</b>
<b>Общая стоимость</b>		<b>365,98</b>	<b>57,50</b>	<b>61,50</b>	<b>238,11</b>	<b>1875</b>
Калькулятор	Чаплинская Т.А.					
Ответственный за питание	Перельгина Е.В.					