

Директор МОКУ  
Соболевская средняя  
школа Морозов А.И



МЕНЮ на 19.04.2023 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
5. Яблоко	1/125	23,75	0,54	0,54	13,3	58,8
<b>ИТОГО</b>		<b>80,05</b>	<b>11,94</b>	<b>18,74</b>	<b>71,1</b>	<b>500</b>
<b>ОБЕД</b>						
1. Салат из свеклы	1/60	5,08	0,9	3,7	4,9	56,1
2. Щи из свежей капусты с картофелем.	1/180	24,74	3,8	5,7	6,7	95,2
3. Биточки рыбные в смет. соусе	1/120	48,50	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	27,40	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
<b>ИТОГО</b>		<b>128,30</b>	<b>29,1</b>	<b>26,7</b>	<b>117,6</b>	<b>833</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
1. Ватрушка с творогом	1/100	39,61	10,9	6,6	34,3	240,2
2. Йогурт	1/100	60	5	3,2	3,5	68
<b>ИТОГО</b>		<b>99,61</b>	<b>15,9</b>	<b>9,8</b>	<b>37,8</b>	<b>308,2</b>
<b>Общая стоимость:</b>		<b>307,96</b>	<b>56,94</b>	<b>55,24</b>	<b>226,5</b>	<b>1641,2</b>
Калькулятор			Чаплинская Т.А			
Ответственный за питание			Перелыгина Е.В.			