

И.о директора МОКУ

Соболевская средняя

школа Морозов А.И



МЕНЮ на 26.04.2023

7-10

Химический состав

Энер.ценн.

ЗАВТРАК			Химический состав			Ккал
			белки	жиры	углев.	
1.Бутерброд с масл. и сыром	1/50	25,67	5,8	9,4	15,4	170,6
2.Поджарка из свинины	1/65	49,54	10,15	28,9	2,67	310
3.Макаронны отварные	1/150	11,93	5,3	4,9	34,4	203
4.Чай с сахаром	1/200	2,49	0,1	0	10	40,2
5. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
<b>ИТОГО:</b>		<b>94,83</b>	<b>23,75</b>	<b>43,7</b>	<b>78,47</b>	<b>802,6</b>
<b>ОБЕД</b>						
1.Горошек зеленый	1/60	32,28	0,7	0,1	5,2	25,3
2. Борщ с мясом и со сметаной	1/180	26,51	3,5	3,6	11,5	94,2
3 Жаркое по-домашнему	1/200	79,29	18,5	20,7	19	337,1
5. Кисель из ягод	1/180	17,82	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>166,30</b>	<b>23,1</b>	<b>25,2</b>	<b>99,4</b>	<b>713</b>
<b>Полдник</b>						
1.Булка	1/100	22,45	10,9	6,6	34,3	240
2.Йогурт фруктовый	1/200	55,00	5	2,4	27	150
<b>Итого:</b>		<b>77,45</b>	<b>15,9</b>	<b>9</b>	<b>61,3</b>	<b>390</b>
<b>Общая стоимость</b>		<b>338,58</b>	<b>57,50</b>	<b>61,50</b>	<b>239,17</b>	<b>1906</b>

Калькулятор

Чаплинская Т.А.

Ответственный за питание

Перелыгина Е.В.