

**И.о директора МОКУ
Соболевская средняя
школа Морозов А.И**



МЕНЮ на 27.04.2023			Химический состав			Энер.це
7-10			белки	жиры	углев.	
ЗАВТРАК						
1.Бутерброд с джемом	20/5/30	23,64	2,3	4,9	29,1	167,6
2. Биточки из говядины	1/80	46,54	8,6	9,8	9,4	163,2
3. Каша гречневая с маслом	1/130	16,97	7,1	8,3	32	230,9
3. Чай с сахаром и лимоном	1/200	5,24	0,2	0	10,1	42,2
4. Хлеб ржаной	1/20	2,60	1,2	0,2	8	39,4
5.Мандарин	1/96	28,08	0,8	0,2	7,5	38
ИТОГО		123,07	20,2	23,4	96,1	681,3
ОБЕД						
1.Салат из квашенной капусты	1/60	13,80	1	3	5	52,7
2.Рассольник "Ленинградский" с мясом	1/180	28,96	4,1	6,1	12,1	122,1
3.Рыба тушеная с овощами	1/120	51,99	17,2	11	8,4	201
4. Картофель отварной	1/150	16,98	2,9	4,8	23,8	150,1
5. Компот из ягод	1/200	34,96	0,6	0,2	16,9	75,9
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		157,09	31,4	25,9	102,8	778,4
ПОЛДНИК						
1.Вафли	1/20	7,50	0,6	0,7	20,5	90,8
2.Сок	1/200	27,40	0,2	0,2	23,2	95,3
ИТОГО		34,90	0,8	0,9	43,7	186,1
Всего за день:		315,06	52,40	50,20	242,6	1645,8
Калькулятор		Чаплинская Т.А				
Ответственный за питание		Перельгина Е.В.				