

Директор МОКУ  
Соболевская средняя  
школа Марозов А.И



19  
МЕНЮ на 18.09.2023

11-17		Химический состав				Энер/ценност
		белки	жиры	углеводы	к/калории	
<b>ЗАВТРАК</b>						
1. Бутерброд горячий с сыром	1/50	24,85	7	7,9	29,1	215,3
2. Макароны отварные с сыром	1/200	36,83	10,1	12,4	34,6	280
3. Чай с сахаром	200/15	2,73	0,1	0	10	40,2
4. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
<b>ИТОГО</b>		<b>69,61</b>	<b>19,6</b>	<b>20,8</b>	<b>89,7</b>	<b>614,3</b>
<b>ОБЕД</b>						
1. Салат из морской капусты	1/100	40,90	1	0,2	0,5	8,4
2. Суп гороховый с гречками.	1/275	39,05	7,6	5,2	35	209,5
3. Котлеты куриные	1/130	68,72	10,7	18,6	14,6	248
4. Рагу из овощей	1/200	48,95	3,7	9,7	17,6	162,9
5. Сок	1/200	31,00	0,5	0	29,7	122,4
6. Хлеб пшеничный	1/60	7,80	4,6	0,5	29,5	141,6
7. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
<b>ИТОГО</b>		<b>241,62</b>	<b>30,5</b>	<b>34,7</b>	<b>142,9</b>	<b>971,6</b>
<b>Всего за день</b>		<b><u>311,23</u></b>	<b><u>50,10</u></b>	<b><u>55,50</u></b>	<b><u>232,60</u></b>	<b><u>1 585,90</u></b>
Калькулятор			Чаплинская Т.А			
Ответственный за питание			Перельгина Е.В.			