

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



МЕНЮ на 22.09.2023 г

7-10			Химический состав			Энерг.ценн.
			Белки	Жиры	Углев.	Ккал.
ЗАВТРАК						
1. Бутерброд с маслом	30/10	20,13	2,4	9,2	15,5	153,4
2. Каша манная молочная с маслом	160/5	19,43	4,4	6,1	20	152,5
3. Какао с молоком	1/180	18,55	3,4	2,7	14,3	95,9
4. Хлеб ржаной	1/20	2,60	1,2	0,2	8	39,4
ИТОГО		60,71	11,40	18,20	57,80	441,2
ОБЕД						
1. Горошек зеленый консерв.	1/50	26,70	1,8	3,6	0	21
2. Щи из свежей капусты с картофелем.	1/180	27,93	3,8	5,7	6,7	95,2
3. Биточки рыбные в смет. соусе	1/120	49,15	12,6	11,5	15,4	219,4
4. Макароны отварные	150/5	13,14	5,2	4,8	33,8	199,7
5. Сок	1/200	31,00	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
ИТОГО		158,32	30	26,6	112,7	797,9
ПОЛДНИК						
1. Ватрушка с повидлом	1/100	18,44	0,6	0,7	20,5	90,8
2. Йогурт 100,0	1/100	70	6,8	5	11	122
ИТОГО		88,44	7,4	5,7	31,5	212,8
Общая стоимость:		307,47	48,8	50,50	202	1451,9
Калькулятор			Чаплинская Т.А			
Ответственный за питание			Перелыгина Е.В.			