

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



МЕНЮ на 28.09.2023			Химический состав			Энер.ценн.
7-10			белки	жиры	углев.	Ккал
ЗАВТРАК						
1.Бутерброд с маслом и сыром	1/50	26,67	5,8	9,4	15,4	170,6
2.Поджарка из свинины	1/65	59,47	10,15	28,9	2,67	310
3.Макароны отварные	1/150	11,93	5,3	4,9	34,4	203
4.Чай с сахаром	1/200	2,10	0,1	0	10	40,2
5. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО:		105,37	23,75	43,7	78,47	802,6
ОБЕД						
1.Помидоры соленые	1/60	24,43	0,7	0,1	1,4	8,4
2. Борщ с мясом и со сметаной	1/180	29,20	3,5	3,6	11,5	94,2
3 Жаркое по-домашнему	1/200	88,82	18,5	20,7	19	337,1
5. Кисель из ягод	1/180	19,18	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
ИТОГО:		172,03	23,1	25,2	99,4	696,1
Полдник						
1.Булка	1/100	28,91	10,9	6,6	34,3	240
2.Йогурт 100,0	1/100	70,00	5	3,2	3,5	68
Итого:		98,91	15,9	9,8	37,8	308
Общая стоимость		376,31	57,50	61,50	215,67	1806,7
Калькулятор	Чаплинская Т.А.					
Ответственный за питание	Перелыгина Е.В.					