

И.О директор
МОКУ

Соболевская
средняя школа
Морозов А.И



МЕНЮ на 14.11.2023						
7-10			Химический состав			Энер.
			белки	жиры	углев.	ккал
ЗАВТРАК						
1.Бутерброд с маслом и сыром	30/15/5	25,67	5,8	9,4	15,4	170,6
2. Запеканка творожная со сгущенным молоком	1/110	70,35	14	10,4	28,2	262,4
3. Чай с сахаром лимоном	200/10	6,38	0,2	0	10,1	42,2
4. Хлеб ржаной	1/20	2,60	1,2	0,2	8	39,4
5.Мандарин	1/120	43,20	0,4	0,4	9,8	47
ИТОГО		148,20	21,6	20,4	71,5	561,6
ОБЕД						
1.Салат витаминный	1/60	16,07	1,0	3	5	52,7
2. Рассольник "Домашний" с мясом и сметанной	1/180	30,48	4,0	6	10,8	114,4
3..Кура тушеная в смет.соусе	1/90	52,36	6,0	11,2	2,7	147,2
4.Картофельное пюре	1/160	21,03	3,3	5,6	22,8	156
5.Кисель из кураги	1/200	28,76	1,0	0,1	26,4	111,1
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		159,10	23,9	27,3	105,4	767,4
Полдник						
1.Снежок	1/200	55,00	5,9	5,1	9,8	110,5
2.Булка обыкновенная	1/100	28,73	6,2	3,3	47,4	244,1
ИТОГО		83,73	12,1	8,4	57,2	354,6
Общая стоимость:		391,03	57,60	56,10	234,10	1684
Калькулятор		Чаплинская Т.А				
Ответственный за питание		Перельгина Е.В.				