

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



МЕНЮ на 15.11.2023			Химический состав			
12-18			Белки	Жиры	Углеводы	К/Калл
ЗАВТРАК						
1. Горячие бутерброды с маслом и сыром	1/50	24,12	5,9	9,5	28,6	223,3
3. Каша гречневая	1/200	27,02	8,4	8,6	32	237,6
4. Кофейный напиток	1/180	22,28	3	2,2	21,1	116,4
5. Хлеб ржаной	1/40	2,60	2,4	0,5	16	78,8
6. Яблоко	1/110	29,70	0,6	0,6	12	56
ИТОГО		105,72	20,30	21,40	109,70	712,10
ОБЕД						
1. Салат из свеклы	1/100	13,78	1,5	6,1	8,2	93,4
2. Рыбная уха с крупой	1/250	33,85	7	2,9	19,4	122,9
3. Плов с курицей	1/250	76,38	14,25	25,25	38,25	432,5
4. Компот из сухофруктов	1/180	6,57	0	0	15,8	50,2
5. Хлеб пшеничный	1/60	7,80	4,6	0,5	29,6	141,3
6. Хлеб ржаной	1/40	5,20	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО		143,58	29,75	35,25	127,25	919,4
Всего за день:		249,30	50,05	56,65	236,95	1 631,50
Калькулятор						Чаплинская Т.А
Ответственный за питание						Перельгина Е.В.