

**Директор МОКУ Соболевская
средняя школа Белик В.А**



МЕНЮ на 03.04.2025			Химический состав			Энерг.ценн
7-11 Диета			белки	жиры	углев.	
ЗАВТРАК						
1.Биточки паровые из говядины	1/90	93,62	11,07	12,06	6,21	177,66
2.Каша гречневая с луком	1/150	12,68	4,78	4,35	37,24	207,23
4.Чай с лимоном	200/6	4,77	0,45	0,01	1	5,89
5. Хлеб ржаной	1/30	4,20	2,55	0,99	12,75	70,11
6.Яблоко	1/100	23,00	0,4	0,4	9,8	44,4
ИТОГО		138,27	19,25	17,81	67,00	505,29
ОБЕД						
1.Салат из зеленого горошка консервированного	1/60	55,40	1,74	3,02	3,65	48,74
2.Рассольник "Ленинградский" с мясом	1/200	55,91	4,47	8,72	23,34	189,72
3.Рыба тушеная с овощами	1/120	66,04	12,18	4,7	2,97	102,9
4.Картоф.пюре с тушеной капустой	1/150	59,15	3,14	5,49	47,17	250,65
5. Компот из ягод	1/200	27,59	0,29	0,12	2,12	10,72
7. Хлеб ржаной	1/50	7,00	4,25	1,65	21,25	116,85
ИТОГО		271,09	26,07	23,7	100,5	719,58
ПОЛДНИК						
1.Салат из свеклы	1/60	8,61	0,86	5,73	5,03	75,13
2.Сок томатный	1/200	34,56	2	0,2	5,8	33
3.Хлеб ржаной	1/60	8,40	5,1	1,98	25,5	140,22
ИТОГО		51,57	0,86	5,73	36,33	248,35
Всего за день:		460,93	46,18	47,24	203,83	1473,22
Калькулятор			Чаплинская Т.А			
Ответственный за питание			Перелыгина Е.В.			