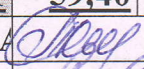


И.о директора МОКУ
Соболевская средняя школа
Малова О.В



МЕНЮ на 04.03.2025			Химический состав			Энер.ценн.
7-11			белки	жиры	углев.	Ккал
ЗАВТРАК						
1. Бутерброд с маслом и джемом	20/5/30	27,32	2,4	5	30	172,8
2. Котлеты рыбные в смет.соусе	1/90	38,41	8	7,5	10,2	144
3. Гречка отварная	1/150	23,34	8,1	9,7	37	267,1
4. Кофейный напиток	1/200	29,92	3,3	2,4	23,4	129
5. Хлеб ржаной	1/20	2,80	1,2	0,2	8	39,4
6. Мандарин	1/110	33,28	0,9	0,22	8,25	41,8
ИТОГО:		155,07	23,00	24,80	108,60	752,30
ОБЕД						
1. Салат из соленых огурцов	1/60	25,61	0,5	3,0	1,5	37,0
2. Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	1/200	39,63	5,5	6,9	13,2	142,1
3. Мясо тушеное	1/90	63,99	9,5	14	2,5	160,4
4. Картофель отварной с луком	1/150	21,72	3,1	5,3	24,4	150,7
5. Отвар шиповника	1/200	8,40	0,6	0,3	17,1	84,8
6. Хлеб пшеничный	1/20	2,80	1,7	0,17	9,84	39,2
7. Хлеб ржаной	1/20	2,80	1,2	0,2	8	39,4
Итого:		164,95	24,6	29,6	94	737,6
Полдник						
1. Пирожки с картофелем	1/100	14,29	6,8	4,2	44,1	242,3
2. Йогурт фруктовый	1/200	72,50	5,0	2,4	27,0	150,0
ИТОГО:		86,79	11,80	6,60	71,10	392,30
Всего за день		406,81	59,40	61,00	273,7	1882,2
Калькулятор	Чаплинская Т.					
Ответственный за питание	Перельгина Е.И.		