

Директор МОКУ Соболевская  
средняя школа Салимова М.И

*Салимов*



МЕНЮ на 06.02.2025

7-11		Химический состав			Энер.ценн.	
<u>ЗАВТРАК</u>			белки	жиры	углев.	Ккал
1.Бутерброд с маслом и сыром	1/50	30,98	5,8	9,4	15,4	170,6
2.Поджарка из мяса	1/65	64,28	13,9	22,4	2,8	268,4
3.Макаронны отварные	1/150	17,92	5,3	4,9	34,4	203
4.Кофейный напиток	1/200	25,16	3,3	2,4	19,9	115,1
5. Хлеб ржаной	1/20	2,80	1,2	0,25	8	39,9
6.Яблоко	1/130	26,65	0,52	0,52	12,7	61,1
<b>ИТОГО:</b>		<b>167,79</b>	<b>30,02</b>	<b>39,87</b>	<b>93,2</b>	<b>858,1</b>
<b><u>ОБЕД</u></b>						
1.Салат из моркови с яблоком	1/60	12,27	0,7	0,1	5,2	25,3
2. Борщ с мясом и со сметаной	1/200	35,61	3,9	4	12,8	104,6
3 Жаркое по-домашнему	1/200	98,69	18,5	20,7	19	340,8
4. Кисель из ягод	1/180	26,64	0,1	0	19,4	79,8
5. Хлеб пшеничный	1/30	4,20	2,3	0,25	9,75	70,5
6. Хлеб ржаной	1/20	2,80	1,2	0,25	8	39,9
<b>ИТОГО:</b>		<b>180,21</b>	<b>23,1</b>	<b>25,2</b>	<b>99,4</b>	<b>660,9</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
1.Ватрушка	1/100	17,51	7,1	6	24,2	179,2
2.Йогурт питьевой	1/200	82,76	1,6	1,3	12,3	66,4
<b>Итого:</b>		<b>100,27</b>	<b>8,7</b>	<b>7,3</b>	<b>36,5</b>	<b>245,6</b>
<b>Общая стоимость</b>		<b>448,27</b>	<b>57,50</b>	<b>61,50</b>	<b>229,1</b>	<b>1764,6</b>
Калькулятор	Чаплинская Т.А. <i>Чаплинская</i>					
Ответственный за питание	Перельгина Е.В. <i>Перельгина</i>					