

**Директор МОКУ Соболевская
средняя школа Салимова М.И.**

С.В. Салимова



МЕНЮ на 07.02.2025			Химический состав				Энерг.ценн
7-11			белки	жиры	углев.		
ЗАВТРАК							
1.Бутерброд с джемом	20/5/30	27,67	2,3	4,9	29,1	167,6	
2. Биточки из говядины	1/80	58,81	8,6	9,8	9,4	163,2	
3. Каша гречневая с маслом	1/130	22,65	7,1	8,3	32,0	230,9	
4.Чай с лимоном	1/200	5,65	0,2	0,0	10,1	42,2	
5. Хлеб ржаной	1/20	2,80	1,2	0,2	8,0	39,4	
6. Яблоко	1/130	26,65	0,5	0,5	12,7	61,1	
ИТОГО		144,23	19,9	23,7	101,3	704,4	
ОБЕД							
1.Икра кабачковая	1/60	18,96	1,1	5,3	4,6	71,4	
2.Рассольник "Ленинградский" с мясом	1/200	39,80	4,1	6,1	12,1	122,1	
3.Рыба тушеная с овощами	1/120	60,56	17,2	11,0	8,4	201,0	
4. Картофель отварной	1/150	25,04	2,9	4,8	23,8	150,1	
5. Компот из ягод	1/200	38,12	0,6	0,2	16,9	75,9	
6. Хлеб пшеничный	1/20	2,80	1,5	0,2	9,9	47,1	
7. Хлеб ржаной	1/20	2,80	1,2	0,2	8,0	39,4	
ИТОГО		188,08	28,6	27,8	83,7	707,0	
ПОЛДНИК							
1.Печенье	1/30	10,80	2,3	2,9	22,3	125,1	
2.Сок	1/180	30,30	0,2	0,2	18,0	74,5	
3.Йогурт 100,0	1/100	60,00	5,0	3,2	3,5	68,0	
ИТОГО		101,10	7,50	6,30	43,80	267,60	
Всего за день:		433,41	56,02	57,78	228,76	1 679,00	
Калькулятор		Чаплинская Т.А					
Ответственный за питание	<i>С.В. Салимова</i>	Перельгина Е.В.					