

Директор МОКУ
Соболевская средняя
школа Белик В.А



МЕНЮ на 10.04.2025			Химический состав			
7-11 л			Белки	Жиры	Углевод	К/Калл.
ЗАВТРАК						
1. Горячие бутерброды с маслом, сыром	1/50	34,16	5,9	9,5	28,6	223,5
2. Гречневая каша молочная	1/160	29,14	6,7	6,9	29,3	206,1
3. Кофейный напиток с молоком	1/200	27,06	3	2,2	21,1	116,4
4. Хлеб ржаной	1/20	2,80	1,2	0,2	8	39,4
5. Яблоко	1/150	37,20	0,6	0,6	14,7	70,5
ИТОГО		<u>130,36</u>	<u>17,40</u>	<u>19,40</u>	<u>101,70</u>	<u>655,90</u>
ОБЕД						
1. Салат из свеклы отварной	1/60	9,95	0,9	3,7	4,9	56,1
2. Рыбная уха с крупой	1/200	28,31	5,6	2,1	15,5	88,5
3. Плов с курицей	1/210	66,51	20,9	25,5	43,8	488,8
4. Компот из сухофруктов	1/180	8,23	0,3	0	13,4	54,8
5. Хлеб пшеничный	1/20	2,80	1,7	0,17	9,84	39,2
6. Хлеб ржаной	1/30	4,20	1,8	1,3	12	59,1
ИТОГО		<u>120,00</u>	<u>20,65</u>	<u>21,75</u>	<u>95,75</u>	<u>786,5</u>
Полдник						
1. Вафли	1/20	8,10	0,6	0,7	20,5	90,8
2. Сок мультифруктовый	1/180	29,52	0,2	0,2	23,2	95,3
3. Йогурт 3,2 % 100,0	1/100	59,42	5	3,2	3,5	68
Итого:		<u>97,04</u>	<u>5,80</u>	<u>4,10</u>	<u>47,20</u>	<u>254,10</u>
Всего за день		<u>347,40</u>	<u>43,85</u>	<u>45,25</u>	<u>244,65</u>	<u>1696,5</u>
Калькулятор						Чаплинская Т.А
Ответственный за питание						Перелыгина Е.В.