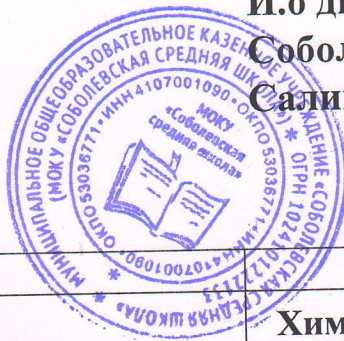


И.о директора МОКУ

Соболевская средняя школа

Салимова М.И. 

МЕНЮ на 14.02.2025

12-18, персонал

Химический состав

Энер.ценн.

			Химический состав			Энер.ценн.
			белки	жиры	углев.	Ккал
ЗАВТРАК						
1. Бутерброд с маслом и джемом	20/5/30	27,48	2,4	5	30	172,8
2. Котлеты рыбные в сметанном соусе	1/90	37,82	8,2	8	11	150
3. Гречка отварная	1/160	25,57	8,7	10,3	39,4	284
4. Кофейный напиток	1/200	28,24	3,3	2,4	23,4	129
5. Хлеб ржаной	1/20	2,80	1,2	0,2	8	39,4
ИТОГО		121,91	23,80	25,90	111,80	775,20
ОБЕД						
1. Салат из соленый огурцов	1/100	42,74	0,8	5,1	2,6	61,7
2. Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	1/250	48,38	7,3	8,8	16,7	178,1
3. Мясо тушеное	1/100	69,99	10,6	15,6	2,8	178,2
4. Картофель отварной с луком	1/180	25,26	3,7	6,4	25,3	173,8
5. Отвар шиповника	1/200	8,39	0,65	0,32	18,5	95,1
6. Хлеб пшеничный	1/30	4,20	2,3	0,25	14,7	70,5
7. Хлеб ржаной	1/20	2,80	1,2	0,2	8	39,4
ИТОГО:		201,76	26,55	36,67	88,60	796,80
Всего за день:		323,67	50,35	62,57	200,40	1 572,00
Калькулятор			Чаплинская Т.А.			
Ответственный за питание			Перелыгина Е.В.			