

Директор МОКУ

Соболевская средняя школа

Белик В.А



[Handwritten signature]

МЕНЮ на 15.05.2025

7-11

Химический состав

Энерг.ценн.

<u>ЗАВТРАК</u>			белки	жиры	углев.	Ккал
1. Бутерброд с маслом и джемом	20/5/30	29,85	2,4	5	30	172,8
2. Котлеты рыбные в смет.соусе	1/90	39,37	8	7,5	10,2	144
3. Гречка отварная	1/150	24,28	8,1	9,7	37	267,1
4. Кофейный напиток	1/200	29,06	3,3	2,4	23,4	129
5. Хлеб ржаной	1/20	2,80	1,2	0,2	8	39,4
6. Яблоко	1/100	25,30	0,4	0,4	9,8	47
ИТОГО:		150,66	23,00	25,20	118,40	799,30
<u>ОБЕД</u>						
1. Салат из соленых огурцов	1/60	25,59	0,5	3,0	1,5	37,0
2. Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	1/200	44,14	5,5	6,9	13,2	142,1
3. Мясо тушеное	1/90	60,23	9,5	14	2,5	160,4
4. Картофель отварной с луком	1/150	24,66	3,1	5,3	24,4	150,7
5. Отвар шиповника	1/200	8,43	0,6	0,3	17,1	84,8
6. Хлеб пшеничный	1/30	4,20	2,5	0,25	14,8	70,5
7. Хлеб ржаной	1/30	4,20	1,8	1,3	12	59,1
Итого:		171,45	24,6	29,6	94	737,6
<u>Полдник</u>						
1. Пирожки с картофелем	1/100	15,35	6,8	4,2	44,1	242,3
2. Йогурт питьевой	1/200	82,60	5,0	2,4	27,0	150,0
ИТОГО:		97,95	11,80	6,60	71,10	392,30
Всего за день		420,06	59,40	61,40	283,5	1929,2
Калькулятор	Чаплинская Т.А		<i>[Handwritten signature]</i>			
Ответственный за питание	Перелыгина Е.В.		<i>[Handwritten signature]</i>			