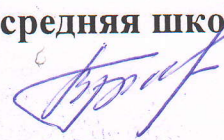


Директор МОКУ

Соболевская средняя школа

Белик В.А.




МЕНЮ на 21.05.2025

7-11

Химический состав

Энергетический

ЗАВТРАК			белки	жиры	углев.	Ккал
1. Бутерброд маслом и сыром	1/55	30,03	5,8	9,4	15,4	170,6
2. Поджарка из мяса	1/70	68,95	13,9	22,4	2,8	268,4
3. Макароны отварные	1/150	17,76	5,3	4,9	34,4	203
4. Чай с сахаром	1/200	2,30	0,1	0	9,9	40
5. Хлеб ржаной	1/30	4,20	1,6	0,6	12	59,1
ИТОГО:		123,24	26,7	37,3	74,5	741,1
ОБЕД						
1. Салат из моркови с яблоком	1/60	15,68	0,7	0,1	5,2	25,3
2. Борщ с мясом и со сметаной	1/200	40,34	3,9	4	12,8	104,6
3. Жаркое по-домашнему	1/200	109,56	18,5	20,7	19	340,8
4. Кисель из ягод	1/200	18,16	0,1	0	21,5	88,6
5. Хлеб пшеничный	1/30	4,20	2,3	0,25	9,75	70,5
6. Хлеб ржаной	1/30	4,20	1,6	0,6	12	59,1
ИТОГО:		192,14	23,1	25,2	99,4	688,9
Полдник						
1. Ватрушка	1/100	24,25	7,1	6	24,3	179,3
2. Йогурт питьевой	1/200	82,56	5	2,4	27	150
Итого:		106,81	12,1	8,4	51,3	329,3
Общая стоимость		422,19	57,50	61,50	225,2	1759,3
Калькулятор	Чаплинская Т.А.					
Ответственный за питание	Перелыгина Е.В.					

