

Директор МОКУ
Соболевская средняя школа
Белик В.А.



МЕНЮ на 23.01.2024			Химический состав			
12-18 л			Белки	Жиры	Углеводы	К/Калл
ЗАВТРАК						
1. Горячие бутерброды с сыром	1/50	26,25	5,9	9,5	28,6	223,3
3. Каша гречневая молочная	1/200	27,50	8,4	8,6	32	237,6
4. Йогурт питьевой	1/200	55,00	10	6,4	7,04	136
5. Хлеб ржаной	1/40	5,60	2,4	0,5	16	78,8
6. Мандарин	1/120	49,50	0,48	0,48	11,8	56,4
ИТОГО		163,85	27,18	25,48	95,44	732,10
ОБЕД						
1. Салат из свеклы	1/100	17,66	1,5	6,1	8,2	93,4
2. Рыбная уха с крупой	1/250	32,81	7	2,9	19,4	122,9
3. Плов с курицей	1/250	79,60	14,25	25,25	38,25	432,5
4. Компот из сухофруктов	1/180	6,57	0	0	15,8	50,2
5. Хлеб пшеничный	1/60	8,40	4,6	0,5	29,6	141,3
6. Хлеб ржаной	1/40	5,60	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО		150,64	29,75	35,25	127,25	919,4
Всего за день		314,49	56,93	60,73	222,69	1 651,50
Калькулятор						Чаплинская Т.А.
Ответственный за питание						Перельгина Е.В.