


Директор МОКУ Соболевская  
средняя школа Белик В.А



<b>МЕНЮ на 01.10.2024</b>						
<b>7-11</b>			<b>Химический состав</b>			<b>Энер.ценн.</b>
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>белки</b>	<b>жиры</b>	<b>углев.</b>	<b>Ккал</b>
1.Бутерброд с маслом и сыром	1/50	27,31	5,8	9,4	15,4	170,6
2.Поджарка из мяса	1/65	62,81	13,9	22,4	2,8	268,4
3.Макароны отварные	1/150	15,28	5,3	4,9	34,4	203
4.Чай с молоком	1/200	8,97	1,6	1,3	12,3	66,4
5. Хлеб ржаной	1/40	5,60	2,4	0,5	16	78,8
<b>ИТОГО:</b>		<b>119,97</b>	<b>29</b>	<b>38,5</b>	<b>80,9</b>	<b>787,2</b>
<b>ОБЕД</b>						
1.Помидоры соленые	1/60	23,10	0,7	0	1,4	8,4
2. Борщ с мясом и со сметаной	1/200	39,96	3,9	4	12,8	104,6
3 Жаркое по-домашнему	1/200	100,98	18,5	20,7	19	340,8
4. Кисель из ягод	1/180	25,14	0,1	0	19,4	79,8
5. Хлеб пшеничный	1/50	7,00	3,8	0,4	24,6	117,5
6. Хлеб ржаной	1/30	4,20	1,8	0,4	12	59,1
<b>ИТОГО:</b>		<b>200,38</b>	<b>23,1</b>	<b>25,2</b>	<b>99,4</b>	<b>710,2</b>
<b>Полдник</b>						
1.Ватрушка с повидлом	1/100	32,48	10,9	6,6	34,3	240
2.Сок	1/200	32,80	1	0,2	20,2	86
<b>Итого:</b>		<b>65,28</b>	<b>11,9</b>	<b>6,8</b>	<b>54,5</b>	<b>326</b>
<b>Общая стоимость</b>		<b>385,63</b>	<b>57,50</b>	<b>61,50</b>	<b>234,8</b>	<b>1823,4</b>
Калькулятор	Чаплинская Т.А. 					
Ответственный за питание	Перелыгина Е.В. 