

Директор МОКУ  
Соболевская средняя  
школа Белик В.А



МЕНЮ на 08.10.2024			Химический состав			
7-11 л			Белки	Жиры	Углеводи	К/Калл.
<b>ЗАВТРАК</b>						
1.Бутерброды с маслом сыром	1/60	29,05	5,9	9,5	28,6	223,5
2.Гречневая каша молочная	1/160	24,60	6,7	6,9	29,3	206,1
3.Кофейный напиток	1/180	22,05	3	2,2	21,1	116,4
4. Хлеб ржаной	1/20	2,80	1,2	0,2	8	39,4
<b>ИТОГО</b>		<u>78,50</u>	16,8	18,8	87	585,4
<b>ОБЕД</b>						
1.Салат из свеклы отварной	1/60	9,60	0,9	3,7	4,9	56,1
2. Рыбная уха с крупой	1/200	27,71	5,6	2,1	15,5	88,5
3.Плов с курицей	1/250	81,36	24,89	30,42	52,16	581,98
4.Компот из сухофруктов	1/180	6,21	0,3	0	13,4	54,8
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>		<u>136,08</u>	<u>20,65</u>	<u>21,75</u>	<u>95,75</u>	<u>957,98</u>
<b>Полдник</b>						
1.Вафли	1/30	11,25	0,9	1,2	23,1	106,2
2.Йогурт	1/100	65,00	5	3,2	3,5	68
3.Сок	1/200	32,80	0,2	0,2	23,2	95,3
<b>Итого:</b>		<u>109,05</u>	<u>6,1</u>	<u>4,6</u>	<u>49,8</u>	<u>269,5</u>
<b>Всего за день</b>		<u>323,63</u>	<u>43,55</u>	<u>45,15</u>	<u>232,55</u>	<u>1812,88</u>
Калькулятор			Чаплинская Т.А			
Ответственный за питание			Перелыгина Е.В.			