

**Директор МОКУ Соболевская  
средняя школа Белик В.А**



МЕНЮ на 09.01.2025			Химический состав			Энер.ценн
7-11			белки	жиры	углев.	
<b>ЗАВТРАК</b>						
1.Бутерброд с джемом	20/5/30	25,08	2,3	4,9*	29,1	167,6
2. Биточки из говядины	1/80	58,74	8,6	9,8	9,4	163,2
3. Каша гречневая с маслом	1/130	16,76	7,1	8,3	32,0	230,9
4.Чай с лимоном	1/200	5,47	0,2	0,0	10,1	42,2
5. Хлеб ржаной	1/20	2,80	1,2	0,2	8,0	39,4
6.Яблоко	1/100	25,00	0,4	0,4	9,8	47,0
<b>ИТОГО</b>		<b>133,85</b>	<b>19,8</b>	<b>23,6</b>	<b>98,4</b>	<b>690,3</b>
<b>ОБЕД</b>						
1.Икра кабачковая	1/60	18,60	1,1	5,3	4,6	71,4
2.Рассольник "Ленинградский" с мясом	1/200	39,89	4,1	6,1	12,1	122,1
3.Рыба тушеная с овощами	1/120	60,76	17,2	11,0	8,4	201,0
4. Картофель отварной	1/150	21,22	2,9	4,8	23,8	150,1
5. Компот из ягод	1/200	55,52	0,6	0,2	16,9	75,9
6. Хлеб пшеничный	1/50	7,00	3,8	0,4	24,6	117,5
7. Хлеб ржаной	1/30	4,20	1,8	0,4	12,0	59,1
<b>ИТОГО</b>		<b>207,19</b>	<b>31,5</b>	<b>28,2</b>	<b>102,4</b>	<b>797,1</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
1.Пряник	1/30	16,10	1,8	3,0	30,0	154,2
2.Сок	1/180	30,30	0,2	0,2	18,0	74,5
3.Йогурт 100,0	1/100	65,00	5,0	3,2	3,5	68,0
<b>ИТОГО</b>		<b>111,40</b>	<b>7,00</b>	<b>6,40</b>	<b>51,50</b>	<b>296,70</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>452,44</b>	<b>58,30</b>	<b>58,20</b>	<b>252,30</b>	<b>1 784,10</b>
Калькулятор			Чаплинская Т.А			
Ответственный за питание			Перельгина Е.В.			