

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



МЕНЮ на 10.10.2024						
7-11			Химический состав			Энер.ценн.
ЗАВТРАК			белки	жиры	углев.	Ккал
1.Бутерброд с маслом и сыром	1/50	29,27	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.Макаронны отварные	1/150	15,28	5,3	4,9	34,4	203
4.Кофейный напиток	1/200	22,14	3,3	2,4	19,9	115,1
5. Хлеб ржаной	1/40	5,60	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО:		135,10	30,7	39,6	88,5	835,9
ОБЕД						
1.Огурцы 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	21,02	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
ИТОГО:		196,26	23,1	25,2	99,4	710,2
Полдник						
1.Ватрушка с повидлом	1/100	32,48	10,9	6,6	34,3	240
2.Сок	1/200	32,40	1	0,2	20,2	86
Итого:		64,88	11,9	6,8	54,5	326
Общая стоимость		396,24	57,50	61,50	242,4	1872,1
Калькулятор	Чаплинская Т.А					
Ответственный за питание	Перелыгина Е.В.					