

Директор МОКУ Соболевская  
средняя школа Белик В.А



**МЕНЮ на 10.12.2024**

7-11			Химический состав			Энерг.цен
<u>ЗАВТРАК</u>			Белки	Жиры	Углев.	Ккалор.
1. Бутерброд с маслом	1/40	19,03	2,4	9,2	15,5	153,4
2. Каша молочная "Дружба"	1/180	27,65	5,0	9,4	28,9	221,9
3. Чай с сахаром и молоком	200/50/10	9,54	1,6	1,3	12,3	66,4
4. Хлеб ржаной	1/20	2,80	1,2	0,2	8,0	39,4
5. Мандарин	1/100	22,00	0,8	0,2	7,5	38,0
<b>ИТОГО</b>		<u>81,02</u>	<u>11,0</u>	<u>20,3</u>	<u>72,2</u>	<u>519,1</u>
<u>ОБЕД</u>						
1. Салат из квашенной капусты	1/60	10,98	1,0	3,0	5,0	52,7
2. Суп крестьянский с крупой	1/200	29,30	3,7	6,4	13,1	125,0
3. Печень по-строгановски	1/120	51,72	16,5	10,0	7,2	184,8
4. Картофельное пюре	1/150	22,32	3,2	5,3	21,4	146,3
5. Сок	1/200	33,80	1,0	0,2	20,2	86,0
6. Хлеб пшеничный	1/60	8,40	4,6	0,5	29,5	141,0
7. Хлеб ржаной	1/40	5,60	2,4	0,5	16,0	78,0
<b>ИТОГО</b>		<u>162,12</u>	<u>32,4</u>	<u>25,9</u>	<u>112,4</u>	<u>813,8</u>
<u>ПОЛДНИК</u>						
1. Булка дорожная	1/100	44,60	8,0	10,0	58,0	358,0
2. Йогурт фруктовый 3,2%	1/200	60,00	10	6,4	7	132
<b>ИТОГО</b>		<u>104,60</u>	<u>18</u>	<u>16,4</u>	<u>65</u>	<u>490</u>
<b>Всего за день</b>		<u>347,74</u>	<u>61,38</u>	<u>62,60</u>	<u>184,6</u>	<u>1822,94</u>
Калькулятор						Чаплинская Т.А
Ответственный за питание						Перельгина Е.В.