

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



МЕНЮ на 12.12.2024			Химический состав			Энерг.цен
7-11			белки	жиры	углев.	
ЗАВТРАК						
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	1/140	30,80	0,6	0,6	13,7	65,8
ИТОГО		139,65	20,0	23,8	102,3	709,1
ОБЕД						
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
ИТОГО		207,19	31,5	28,2	102,4	797,1
ПОЛДНИК						
1.Пряник	1/50	23,00	1,8	3,0	30,0	154,2
2.Сок	1/150	25,26	0,2	0,2	17,4	71,5
3.Йогурт 100,0	1/100	65,00	5,0	3,2	3,5	68,0
ИТОГО		113,26	7,00	6,40	50,90	293,68
Всего за день:		460,10	58,50	58,40	255,60	1 799,88
Калькулятор		Чаплинская Т.А				
Ответственный за питание		Перельгина Е.В.				