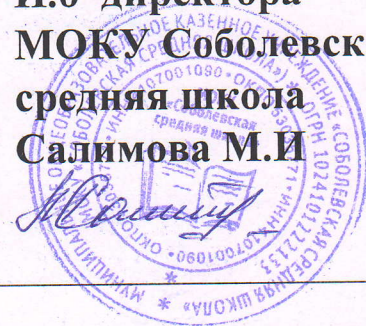


И.о директора
МОКУ Соболевская
средняя школа
Салимова М.И



МЕНЮ на 13.01.2025						
7-11			Химический состав			Энер/ценно
ЗАВТРАК			белки	жиры	углеводы	к/калории
1. Бутерброд горячий с сыром	1/50	26,26	5,9	9,5	28,6	223,30
2.Макаронны отварные с сыром	1/150	34,14	7,6	9,3	26	210,00
3.Чай с сахаром	1/200	1,83	0,1	0	10	40,20
4. Хлеб ржаной	1/30	4,20	1,8	0,4	12	59,10
5.Мандарин	1/110	30,00	0,9	0,22	8,3	41,80
Итого :		96,43	16,30	19,42	84,90	574,40
ОБЕД						
1. Горошек зеленый консервированный	1/60	33,24	0,6	0,1	0,3	21,00
2.Суп гороховый с гречками	1/220	33,22	6,8	4,1	30,7	170,40
3.Котлеты куриные рубленые	1/110	68,65	10,7	18,6	14,6	248,00
4.Рагу из овощей	1/150	35,03	3,1	9	15,6	144,00
5.Сок	1/200	33,80	0,6	0	33	136,00
6. Хлеб пшеничный	1/20	2,80	2,3	0,2	14,8	70,50
7. Хлеб ржаной	1/30	4,20	1,8	0,4	12	59,10
Итого :		210,94	25,9	32,4	122,5	849,00
Полдник						
1.Пирожки с капустой	1/100	15,71	6,6	5,6	40,8	242,00
2.Йогурт фруктовый 3,2 %	1/200	60,00	10	6,4	7	136,00
Итого :		75,71	16,60	12,00	47,80	378,00
Всего за день		383,08	58,80	63,82	255,20	1801,40
Калькулятор						Чаплинская Т.А
Ответственный за питание						Перелыгина Е.В.