

Директор МОКУ Соболевская
средняя школа Белик В.А.



МЕНЮ на 14.10.2024

7-11			Химический состав			Энерг.цен
ЗАВТРАК			Белки	Жиры	Углев.	Ккалор.
1. Бутерброд с маслом	1/40	18,75	2,4	9,2	15,5	153,4
2. Каша молочная "Дружба"	1/180	26,52	5,0	9,4	28,9	221,9
3. Чай с сахаром	1/200	9,53	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	1/143	75,08	1,2	0,3	11,1	56,2
ИТОГО		132,68	11,4	20,4	75,8	537,3
ОБЕД						
1. Салат из квашенной капусты	1/60	10,22	1,0	3,0	5,0	52,7
2. Суп крестьянский с крупой	1/200	30,13	3,7	6,4	13,1	125,0
3. Печень по-строгановски	1/120	52,81	16,5	10,0	7,2	184,8
4. Картофельное пюре	1/150	23,57	3,2	5,3	21,4	146,3
5. Сок	1/200	35,80	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
ИТОГО		166,53	32,4	25,9	112,4	813,8
ПОЛДНИК						
1. Йогурт питьевой	1/200	107,14	5,0	2,4	27,0	150,0
2. Булка обыкновенная	1/100	28,68	6,2	3,3	47,4	244,1
ИТОГО		135,82	11,2	5,7	74,4	394,1
Всего за день		435,03	54,98	52,00	188,2	1745,24
Калькулятор			Чаплинская Т.А.			
Ответственный за питание			Перелыгина Е.В.			