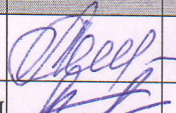
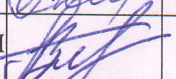


**Директор МОКУ
Соболевская средняя
школа Белик В.А**

МЕНЮ на 16.12.2024

7-11		Химический состав				Энер/ценност к/калории
		белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК						
1. Бутерброд горячий с сыром	1/50	26,26	5,9	9,5	28,6	223,3
2. Макароны отварные с сыром	1/150	34,14	7,6	9,3	26	210
3. Чай с сахаром	1/200	1,83	0,1	0	9,8	39,9
4. Хлеб ржаной	1/30	4,20	1,8	0,4	12	59,1
5. Мандарин	1/100	22,50	0,8	0,2	7,5	38
ИТОГО		88,93	16,20	19,40	83,90	570,30
ОБЕД						
1. Горошек зеленый консервированный	1/60	33,24	0,6	0,1	0,3	21
2. Суп гороховый с гречками.	1/220	33,28	6,8	4,1	30,7	170,4
3. Котлеты куриные	1/110	68,65	10,7	18,6	14,6	248
4. Рагу из овощей	1/150	35,18	3,1	9	15,6	144
5. Сок	1/200	33,80	0,6	0	33	136
6. Хлеб пшеничный	1/20	2,80	2,3	0,2	14,8	70,5
7. Хлеб ржаной	1/30	4,20	1,8	0,4	12	59,1
ИТОГО		211,15	25,9	32,4	122,5	849
1. Пирожки с капустой	1/100	15,71	6,6	5,6	40,8	242
2. Йогурт фруктовый	1/200	60,00	10	6,4	7	136
Итого:		75,71	16,60	12,00	47,80	378,00
Всего за день		375,79	58,70	63,80	254,20	1 797,30
Калькулятор						Чаплинская Т.А
Ответственный за питание						Перельгина Е.В.