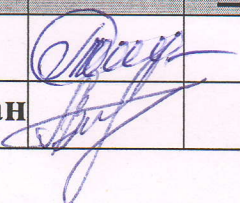
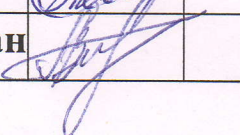


Директор МОКУ
Соболевская средняя
школа Велик В.А

МЕНЮ на 18.11.2024

7-11			Химический состав			Энер/ценност
ЗАВТРАК			белки	жиры	углеводы	к/калории
1. Бутерброд горячий с сыром	1/50	27,47	7	7,9	29,1	215,3
2.Макароньы отварные с сыром	1/160	34,87	7,6	9,3	26	210
3.Чай с сахаром	1/200	1,74	0,1	0	9,8	39,9
4. Хлеб ржаной	1/30	4,20	1,8	0,4	12	59,1
ИТОГО		68,28	16,50	17,60	76,90	524,30
ОБЕД						
1. Горошек зеленый консервированный	1/60	28,68	0,6	0,1	0,3	21
2.Суп гороховый с гречками.	1/220	36,82	6,8	4,1	30,7	170,4
3.Котлеты куриные	1/110	69,19	10,7	18,6	14,6	248
4.Рагу из овощей	1/150	34,14	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		209,63	25,9	32,4	122,5	849
Полдник						
1.Пирожки с капустой	1/100	16,28	6,7	5,6	40,8	242,6
2.Молоко кипяченое	1/200	28,49	7	3	35	180
Итого		44,77	13,7	8,6	75,8	422,6
Всего за день		322,68	56,10	58,60	275,20	1 795,90
Калькулятор			Чаплинская Т.А			
Ответственный за питан			Перельгина Е.В.			