

Директор МОКУ Соболевская
средняя школа Салимова М.И

Салимов



МЕНЮ на 22.01.2025

7-11		Химический состав			Энер.ценн.	
		белки	жиры	углев.	Ккал	
<u>ЗАВТРАК</u>						
1.Бутерброд с маслом и сыром	1/50	32,07	5,8	9,4	15,4	170,6
2.Поджарка из мяса	1/65	64,58	13,9	22,4	2,8	268,4
3.Макароны отварные	1/150	18,32	5,3	4,9	34,4	203
4.Кофейный напиток	1/200	24,42	3,3	2,4	19,9	115,1
5. Хлеб ржаной	1/20	2,80	1,2	0,25	8	39,9
6.Яблоко	1/130	32,50	0,52	0,52	12,7	61,1
ИТОГО:		174,69	30,02	39,87	93,2	858,1
<u>ОБЕД</u>						
1.Салат из моркови с яблоком	1/60	17,41	0,7	0,1	5,2	25,3
2. Борщ с мясом и со сметаной	1/200	36,68	3,9	4	12,8	104,6
3 Жаркое по-домашнему	1/200	99,04	18,5	20,7	19	340,8
4. Кисель из ягод	1/180	26,64	0,1	0	19,4	79,8
5. Хлеб пшеничный	1/50	7,00	3,8	0,4	24,6	117,5
6. Хлеб ржаной	1/30	4,20	1,8	0,4	12	59,1
ИТОГО:		190,97	23,1	25,2	99,4	727,1
<u>Полдник</u>						
1.Ватрушка	1/100	16,76	7,1	6	24,2	179,2
2.Чай с молоком	1/200	9,50	1,6	1,3	12,3	66,4
Итого:		26,26	8,7	7,3	36,5	245,6
Общая стоимость		391,92	57,50	61,50	229,1	1830,8
Калькулятор	Чаплинская Т.А. <i>Т.А. Чаплинская</i>					
Ответственный за питание	Перельгина Е.В. <i>Е.В. Перельгина</i>					