



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

Салимова

МЕНЮ на 24.01.2025

7-11

Химический состав

Энер/ценно

ЗАВТРАК				Химический состав			к/калории
				белки	жиры	углеводы	
1. Бутерброд горячий с сыром	1/50	30,27	5,9	9,5	28,6	223,30	
2. Макароны отварные с сыром	1/150	36,55	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. Яблоко	1/120	36,00	0,48	0,48	11,8	56,40	
Итого :		108,85	15,88	19,68	88,40	589,00	
ОБЕД							
1. Горошек зеленый консервированный	1/50	37,50	0,5	0	3	17,5	
2. Суп гороховый с гречками	1/220	32,96	6,8	4,1	30,7	170,40	
3. Котлеты куриные рубленые	1/110	77,14	10,7	18,6	14,6	248,00	
4. Рагу из овощей	1/150	39,34	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 :		227,74	25,8	32,3	122,5	845,50	
Полдник							
1. Пирожки с капустой	1/100	16,36	6,6	5,6	40,8	242,00	
2. Йогурт фруктовый 3,2 %	1/200	65,00	10	6,4	7	136,00	
Итого :		81,36	16,60	12,00	47,80	378,00	
Всего за день		417,95	58,28	63,98	258,70	1812,50	
Калькулятор			Чаплинская Т.А				
Ответственный за питание			Перелыгина Е.В.				