

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



МЕНЮ на 25.12.2024

7-11		Химический состав				Энер.ценн.
		белки	жиры	углев.	Ккал	
ЗАВТРАК						
1.Бутерброд с маслом и сыром	1/50	28,06	5,8	9,4	15,4	170,6
2.Поджарка из мяса	1/65	64,56	13,9	22,4	2,8	268,4
3.Макароны отварные	1/150	14,11	5,3	4,9	34,4	203
4.Кофейный напиток	1/200	22,80	3,3	2,4	19,9	115,1
5. Хлеб ржаной	1/20	2,80	1,2	0,25	8	39,9
6.Яблоко	1/210	66,15	0,8	0,8	16	94
ИТОГО:		198,48	30,3	40,15	96,5	891
ОБЕД						
1.Салат из моркови с яблоком	1/60	19,73	0,7	0,1	5,2	25,3
2. Борщ с мясом и со сметаной	1/200	37,24	3,9	4	12,8	104,6
3 Жаркое по-домашнему	1/200	97,86	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:		192,67	23,1	25,2	99,4	727,1
Полдник						
1.Ватрушка	1/100	14,55	10,9	6,6	34,3	240
2.Чай с сахаром	1/200	2,22	0,1	0	9,9	38,7
Итого:		16,77	11	6,6	44,2	278,7
Общая стоимость		407,92	57,50	61,50	240,1	1896,8
Калькулятор	Чаплинская Т.А.					
Ответственный за питание	Перелыгина Е.В.					