


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



МЕНЮ на 26.11.2024						
7-11			Химический состав			Энер.ценн.
ЗАВТРАК			белки	жиры	углев.	Ккал
1.Бутерброд с маслом и сыром	1/50	27,86	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.Макаронны отварные	1/150	13,89	5,3	4,9	34,4	203
4.Чай с сахаром	1/200	1,82	0,4	0	9,9	40
5. Хлеб ржаной	1/40	5,60	2,4	0,5	16	78,8
6.Яблоко	1/140	32,20	0,56	0,56	13,7	65,8
ИТОГО:		145,93	28,36	37,76	92,2	826,6
ОБЕД						
1.Салат из моркови с яблоком	1/60	16,27	0,7	0,1	5,2	25,3
2. Борщ с мясом и со сметаной	1/200	36,59	3,9	4	12,8	104,6
3 Жаркое по-домашнему	1/200	98,76	18,5	20,7	19	340,8
4. Кисель из ягод	1/180	21,30	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:		184,12	23,1	25,2	99,4	727,1
Полдник						
1.Ватрушка с творогом	1/100	31,16	10,9	6,6	34,3	240
2.Йогурт фруктовый	1/200	60,00	6,8	5	11	122
Итого:		91,16	17,7	11,6	45,3	362
Общая стоимость		421,21	57,50	61,50	236,9	1915,7
Калькулятор	Чаплинская Т.А 					
Ответственный за питание	Перелыгина Е.В. 