

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



| МЕНЮ на 27.11.2024                       |         |                 | Химический состав |              |              | Энер.ценн     |
|--|---------|-----------------|-------------------|--------------|--------------|---------------|
| 7-11                                     |         |                 | белки             | жиры         | углев.       |               |
| <b>ЗАВТРАК</b>                           |         |                 |                   |              |              |               |
| 1.Бутерброд с джемом                     | 20/5/30 | 25,18           | 2,3               | 4,9          | 29,1         | 167,6         |
| 2. Биточки из говядины                   | 1/80    | 58,33           | 8,6               | 9,8          | 9,4          | 163,2         |
| 3. Каша гречневая с маслом               | 1/130   | 16,44           | 7,1               | 8,3          | 32           | 230,9         |
| 4.Чай с лимоном                          | 1/200   | 5,47            | 0,2               | 0            | 10,1         | 42,2          |
| 5. Хлеб ржаной                           | 1/20    | 2,80            | 1,2               | 0,2          | 8            | 39,4          |
| 6.Мандарин                               | 1/110   | 21,45           | 0,9               | 0,22         | 8,2          | 41,8          |
| <b>ИТОГО</b>                             |         | <b>129,67</b>   | <b>20,30</b>      | <b>23,42</b> | <b>96,80</b> | <b>685,10</b> |
| <b>ОБЕД</b>                              |         |                 |                   |              |              |               |
| 1.Икра кабачковая                        | 1/60    | 18,60           | 1,10              | 5,3          | 4,6          | 71,4          |
| 2.Рассольник<br>" Ленинградский" с мясом | 1/200   | 39,68           | 4,1               | 6,1          | 12,1         | 122,1         |
| 3.Рыба тушеная с овощами                 | 1/120   | 60,58           | 17,2              | 11           | 8,4          | 201           |
| 4. Картофель отварной                    | 1/150   | 21,01           | 2,9               | 4,8          | 23,8         | 150,1         |
| 5. Компот из ягод                        | 1/200   | 55,52           | 0,6               | 0,2          | 16,9         | 75,9          |
| 6. Хлеб пшеничный                        | 1/50    | 7,00            | 3,8               | 0,4          | 24,6         | 117,5         |
| 7. Хлеб ржаной                           | 1/30    | 4,20            | 1,8               | 0,4          | 12           | 59,1          |
| <b>ИТОГО</b>                             |         | <b>206,59</b>   | <b>31,5</b>       | <b>28,2</b>  | <b>102,4</b> | <b>797,1</b>  |
| <b>ПОЛДНИК</b>                           |         |                 |                   |              |              |               |
| 1.Пряник                                 | 1/35    | 14,88           | 2,3               | 2,9          | 22,3         | 125,1         |
| 2.Сок                                    | 1/180   | 31,32           | 1,3               | 0,36         | 20,5         | 91,8          |
| 3.Йогурт 100,0                           | 1/100   | 65,00           | 5                 | 3,2          | 3,5          | 68            |
| <b>ИТОГО</b>                             |         | <b>111,20</b>   | <b>2,3</b>        | <b>2,9</b>   | <b>46,3</b>  | <b>284,9</b>  |
| <b>Всего за день:</b>                    |         | <b>447,46</b>   | <b>54,10</b>      | <b>54,52</b> | <b>245,5</b> | <b>1767,1</b> |
| Калькулятор                              |         | Чаплинская Т.А. |                   |              |              |               |
| Ответственный за питание                 |         | Перельгина Е.В. |                   |              |              |               |