

**Директор МОКУ Соболевская
средняя школа Салимова М.И**

Салимов



МЕНЮ на 28.01.2025			Химический состав			Энер.цен
7-11			белки	жиры	углев.	
ЗАВТРАК						
1.Бутерброд с джемом	20/5/30	29,09	2,3	4,9	29,1	167,6
2. Биточки из говядины	1/80	58,65	8,6	9,8	9,4	163,2
3. Каша гречневая с маслом	1/130	23,26	7,1	8,3	32,0	230,9
4.Чай с сахаром	1/200	2,15	0,2	0,0	10,1	42,2
5. Хлеб ржаной	1/20	5,60	1,2	0,2	8,0	39,4
6. Яблоко	1/130	24,70	0,5	0,5	12,7	61,1
ИТОГО		143,45	19,9	23,7	101,3	704,4
ОБЕД						
1.Икра кабачковая	1/60	20,22	1,1	5,3	4,6	71,4
2.Рассольник "Ленинградский" с мясом	1/200	39,44	4,1	6,1	12,1	122,1
3.Рыба тушеная с овощами	1/120	60,56	17,2	11,0	8,4	201,0
4. Картофель отварной	1/150	25,43	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	12,0	59,1
ИТОГО		212,37	31,5	28,2	102,4	797,1
ПОЛДНИК						
1.Пряник	1/30	14,35	1,8	3,0	30,0	154,2
2.Сок	1/180	30,30	0,2	0,2	18,0	74,5
3.Йогурт 100,0	1/100	60,00	5,0	3,2	3,5	68,0
ИТОГО		104,65	7,00	6,40	51,50	296,70
Всего за день:		460,47	58,42	58,32	255,20	1 798,20
Калькулятор		<i>Чаплинская Т.А</i>				
Ответственный за питание		<i>Перелыгина Е.В.</i>				