Директор МОКУ
Соболевская средняя школа
Белик В.А

МЕНЮ на 06.12.2024						
12-18, персонал			Химический состав			Энер.ценн.
ЗАВТРАК			белки	жиры	углев.	Ккал
1. Бутерброд с маслом и джемом	20/5/30	**25,86**	2,4	5	30	172,8
2.Котлеты рыбные в сметанном соусе	1/90	**37,42**	8	7,5	10,2	144
3.Гречка отварная	1/160	**20,26**	8,7	10,3	39,4	284
4.Кофейный напиток	1/200	**25,19**	3,3	2,4	23,4	129
5. Хлеб ржаной	1/40	**5,60**	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО		**114,33**	**24,80**	**25,70**	**119,00**	**808,60**
ОБЕД						
1.Салат из соленый огурцов	1/100	**41,37**	0,8	5,1	2,6	61,7
2. Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	1/250	**48,63**	7,3	8,8	16,7	178,1
3. Мясо тушеное	1/100	**84,71**	10,6	15,6	2,8	178,2
4. Картофель отварной с луком	1/180	**24,48**	3,7	6,4	25,3	173,8
5. Отвар шиповника	1/180	**7,43**	0,6	0,3	17,1	84,8
6. Хлеб пшеничный	1/80	**11,20**	6,1	0,6	39,4	188
7. Хлеб ржаной	1/40	**5,60**	2,4	0,5	16	78,8
ИТОГО		**223,42**	**31,5**	**37,3**	**119,9**	**943**
Всего за день		**337,75**	**56,30**	**63,00**	**238,90**	**1 751,60**
Калькулятор	Чаплинская Т.А					
Ответственный за питание	Перелыгина Е.В.					