

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

МЕНЮ на 16.10.2024			Химический состав			Энер.ценн.
12-18 , персонал			белки	жиры	углев.	
ЗАВТРАК						
1.Бутерброд с джемом	20/5/30	25,04	2,4	5	30	172,8
2. Биточки из говядины	1/80	58,30	8,6	9,8	9,4	163,2
3. Каша гречневая с маслом	1/160	23,12	8,8	10,2	25,4	225
4.Чай с лимоном	1/200	5,55	0,2	0	10,1	42,2
5. Хлеб ржаной	1/40	5,60	2,4	0,4	16	78,8
6.Яблоко	1/140	50,40	0,56	0,56	13,72	65,8
ИТОГО		168,01	22,96	25,96	104,62	747,8
ОБЕД						
1.Икра кабачковая	1/100	29,00	1,9	8,9	7,7	119
2.Рассольник "Ленинградский" с мясом	1/250	48,34	5,7	8,7	16,7	169,8
3.Рыба тушеная с овощами	1/150	31,07	21,5	13,7	10,5	251,2
4. Картофель отварной	1/180	26,96	3,5	5,7	28,5	180,1
5. Компот из ягод	1/200	38,84	0,6	0,2	16,9	75,9
6. Хлеб пшеничный	1/60	8,40	4,6	0,5	29,5	141
7. Хлеб ржаной	1/40	5,60	2,4	0,5	16	78,1
ИТОГО		188,21	40,2	38,2	125,8	1015,1
Всего за день:		356,22	63,16	64,16	230,42	1 762,90
Калькулятор			Чаплинская Т.А			
Ответственный за питание			Перелыгина Е.В.			