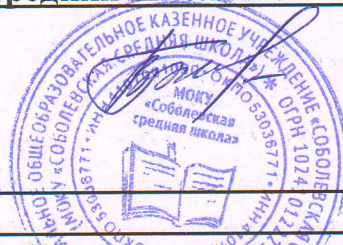


**Директор МОКУ Соболевская  
средняя школа Белик В.А**



МЕНЮ на 12.12.2024			Химический состав			Энер.ценн
7-11 Диета			белки	жиры	углев.	
<b>ЗАВТРАК</b>						
1.Биточки паровые из говядины	1/90	84,01	11,07	12,06	6,21	177,66
2.Каша гречневая с луком	1/150	10,09	4,78	4,35	37,24	207,23
4.Чай с лимоном	200/6	4,77	0,45	0,01	1	5,89
5. Хлеб ржаной	1/30	4,20	2,55	0,99	12,75	70,11
6.Яблоко	1/100	22,00	0,4	0,4	9,8	44,4
<b>ИТОГО</b>		<b>125,07</b>	<b>19,25</b>	<b>17,81</b>	<b>67,00</b>	<b>505,29</b>
<b>ОБЕД</b>						
1.Салат из зеленого горошка консервированного	1/60	29,52	1,74	3,02	3,65	48,74
2.Рассольник "Ленинградский" с мясом	1/200	48,52	4,47	8,72	23,34	189,72
3.Рыба тушеная с овощами	1/120	61,66	12,18	4,7	2,97	102,9
4.Картоф.пюре с тушеной капустой	1/150	51,75	3,14	5,49	47,17	250,65
5. Компот из ягод	1/200	18,60	0,29	0,12	2,12	10,72
7. Хлеб ржаной	1/50	7,00	4,25	1,65	21,25	116,85
<b>ИТОГО</b>		<b>217,05</b>	<b>26,07</b>	<b>23,7</b>	<b>100,5</b>	<b>719,58</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
1.Салат из свеклы	1/60	8,56	0,86	5,73	5,03	75,13
2.Сок томатный	1/200	33,68	2	0,2	5,8	33
3.Хлеб ржаной	1/60	8,40	5,1	1,98	25,5	140,22
<b>ИТОГО</b>		<b>50,64</b>	<b>0,86</b>	<b>5,73</b>	<b>36,33</b>	<b>248,35</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>392,76</b>	<b>46,18</b>	<b>47,24</b>	<b>203,83</b>	<b>1473,22</b>
Калькулятор			Чаплинская Т.А			
Ответственный за питание			Перельгина Е.В.			