

Директор МОКУ
Соболевская средняя
школа Белик В.А.



МЕНЮ на 13.12.2024			Химический состав			Энерг.Цен
7-11 диета			Белки	Жиры	Углеводь	Энерг.Цен
ЗАВТРАК						
1.Творог с вишневым соусом	170/50	103,80	11,57	10,56	7,72	172,2
2.Лепешки картофельные	1/70	10,32	3,53	3,52	22,18	134,52
3.Компот из сухофруктов	1/180	6,56	0,35	0	10,3	42,6
4. Хлеб ржаной	1/40	4,60	3,4	1,32	17	93,48
5.Яблоко	1/140	39,20	0,56	0,56	13,72	62,16
ИТОГО:		164,48	19,41	15,96	70,92	504,96
ОБЕД						
1.Огурцы соленые	1/60	28,86	0,5	0,1	1	6,38
2.Суп картофельный на м/б	1/200	38,66	4,45	5,91	25,59	173,35
3.Бефстроганов из отварного мяса	1/90	104,70	12,96	12,94	2,67	178,98
4.Каша перловая с овощами	1/150	7,87	4,3	2,93	51,25	248,57
5.Напиток из шиповника	1/180	6,21	0,52	0,21	15,5	65,97
7. Хлеб ржаной	1/50	7,00	4,25	1,65	21,25	116,85
ИТОГО:		193,30	26,98	23,74	117,26	790,1
Полдник						
1.Бутерброд с маслом	1/50	20,43	4,3	5,24	21,33	149,68
2.Молоко кипяченое	1/200	28,49	5,63	6,21	9,12	114,89
3.Яблоко	1/100	27,30	0,4	0,4	9,8	44,4
ИТОГО:		76,22	10,33	11,85	40,25	308,97
Всего за день:		434,00	56,72	51,55	228,43	1 604,03
Калькулятор						Чаплинская Т.А.
Ответственный за питание						Перельгина Е.В.