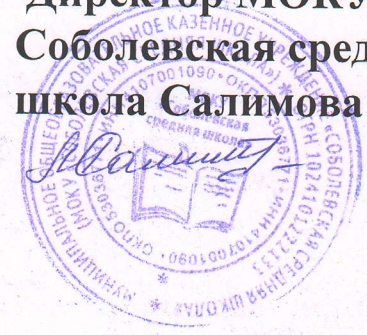


Директор МОКУ
Соболевская средняя
школа Салимова М.И



МЕНЮ на 16.01.2025

7-11 Диета

Химический состав

Энер.

ЗАВТРАК

			белки	жиры	углев.	ккал
1.Картофельные оладьи	1/50	11,58	2,24	4,16	15,3	107,6
2. Запеканка творожная с ягодным соусом	200/70	130,21	12,56	9,92	14,6	197,92
3.Компот из сухофруктов	1/180	8,49	0,35	0	10,3	42,6
4. Хлеб ржаной	1/40	5,60	3,4	1,32	17	93,48
5.Яблоко	1/130	29,90	0,5	0,5	12,8	62
ИТОГО		185,78	19,05	15,90	70,00	503,60

ОБЕД

1.Салат витаминный	1/60	9,95	0,6	8,82	3,13	94,42
2.Рассольник Домашний со сметаной	1/200	45,24	4,3	5,59	11,78	114,43
3..Кура тушеная в смет.соусе	50/50	49,78	12,7	6,14	2,96	117,94
4.Картофельное пюре	1/150	29,34	3,2	5,39	49,96	260,95
5.Кисель из кураги	1/200	30,57	1,0	0,06	27,72	111,5
7. Хлеб ржаной	1/50	7,00	4,3	1,65	21,25	116,85
ИТОГО		171,88	26,0	27,65	116,8	816,09

Полдник

1.Салат картоф. с зел.горошком	1/60	15,50	0,82	3,66	7,65	66,82
2.Молоко кипяченое	1/200	31,65	5,63	6,21	9,12	114,89
3.Хлеб ржаной	1/60	8,40	5,1	1,98	25,5	140,22
ИТОГО		47,15	9	11,85	42,27	321,93
Общая стоимость:		404,81	54,06	55,40	229,07	1 641,62

Калькулятор

Чаплинская Т.А

Ответственный за питание

Перелыгина Е.В.