

Директор МОКУ Соболевская
средняя школа Салимова М.И

Салимова



МЕНЮ на 22.01.2025

7-11 диета

Химический состав

Энер.цен

			Химический состав			Энер.цен
			белки	жиры	углев.	Ккал
ЗАВТРАК						
1.Бутерброд с маслом и сыром	1/70	49,00	9,23	10,71	17,04	201,47
2.Суп молочный с пшеничной крупой	1/250	28,77	4,14	4,86	21,22	145,18
3.Кофейный напиток	1/180	21,27	2,93	2,79	6,19	61,59
4.Яблоко	1/100	23,00	0,4	0,4	9,8	47
5. Хлеб ржаной	1/30	4,20	2,55	0,99	12,75	70,11
ИТОГО:		126,24	19,25	19,75	67	525,35
ОБЕД						
1.Салат из моркови с яблоком	1/60	15,77	0,5	3,04	4,89	48,92
2. Борщ с мясом и со сметаной	1/200	69,40	7,96	9,22	21,99	202,78
3.Тефтели мясные	90/30	110,78	11,03	8,71	13,46	176,35
4.Капуста тушеная	1/150	36,65	3,11	4,99	24,17	154,03
5. Кисель из ягод	1/180	22,05	0,1	0	14,74	59,72
6. Хлеб ржаной	1/50	7,00	4,25	1,65	21,25	116,85
ИТОГО:		261,65	23,1	25,2	99,4	758,65
Полдник						
1.Гратен картофельный	150/30	39,39	10,9	6,6	34,3	240
2.Кефир	1/200	65,00	5,22	4,5	7,2	90,18
Итого:		104,39	16,12	11,1	41,5	330,18
Общая стоимость		492,28	57,50	61,50	207,9	1614,18

Калькулятор

Чаплинская Т.А

Ответственный за питание

Перелыгина Е.В.

Чаплинская Т.А
Перелыгина Е.В.