Директор МОКУ Соболевская средняя школа Салимова М.И

МЕНЮ на 23.01.2025						
7-11 диета			Химический состав			Энерг.Цен
ЗАВТРАК			Белки	Жиры	Углеводы	Энерг.Цен
1.Творог с вишневым соусом	170/50	107,77	11,57	10,56	7,72	172,2
2.Лепешки картофельные	1/70	9,92	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	1/100	34,00	0,4	0,4	9,8	47
ИТОГО:		162,85	19,25	15,80	67,00	489,80
ОБЕД						
1.Огурцы соленые	1/60	28,86	0,5	0,1	1	6,38
2.Суп картофельный на м/б	1/200	38,03	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	7,79	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:		192,59	26,98	23,74	117,26	790,1
Полдник						
1.Бутерброд с маслом	1/50	28,45	4,3	5,24	21,33	149,68
2.Молоко кипяченое	1/200	31,65	5,63	6,21	9,12	114,89
3.Яблоко	1/100	34,00	0,4	0,4	9,8	44,4
ИТОГО:		94,10	10,33	11,85	40,25	308,97
Всего за день:		449,54	56,56	51,39	224,51	1 588,87
Калькулятор		Чаплинская Т.А				
Ответственный за питание		Перелыгина Е.В.				