

СОГЛАСОВАНО:

Директор МКОУ «Солдатско-Степновская СШ»

Н.И.Ледяева



## МЕНЮ

10 апреля 2025

|                                                 |                 |                     |              |             |                 |
|-------------------------------------------------|-----------------|---------------------|--------------|-------------|-----------------|
| <b>День9/неделя2:Четверг</b>                    |                 |                     |              |             |                 |
| <i>Завтрак</i>                                  | <i>Выход, г</i> | <i>Калорийность</i> | <i>Белки</i> | <i>Жиры</i> | <i>Углеводы</i> |
| Каша овсяная молочная жидкая с сахаром и маслом | 180             | 173,89              | 6,95         | 6,09        | 22,2            |
| Бутерброд с повидлом 30/10                      | 50              | 133,14              | 2,13         | 3,88        | 23,85           |
| Чай с лимоном и сахаром                         | 180             | 39,1                | 0,18         | 0           | 9,34            |
|                                                 |                 |                     |              |             |                 |
| <b>2й завтрак</b>                               |                 |                     |              |             |                 |
| Соки овощные, фруктовые, ягодные                | 100             | 42,40               | 0,50         | 0           | 10,10           |
|                                                 |                 |                     |              |             |                 |

### Обед

|                                     |                 |                     |              |             |                 |
|-------------------------------------|-----------------|---------------------|--------------|-------------|-----------------|
| <i>Блюдо</i>                        | <i>Выход, г</i> | <i>Калорийность</i> | <i>Белки</i> | <i>Жиры</i> | <i>Углеводы</i> |
| Овощи по сезону в нарезке( помидор) | 50              | 42,3                | 0,88         | 2,66        | 4,21            |
| Суп картофельный с крупой (пшено)   | 180             | 119,54              | 5,95         | 5,58        | 12,85           |
| Плов из птицы                       | 200             | 244,86              | 13,90        | 10,85       | 22,9            |
| Хлеб пшеничный                      | 30              | 46,76               | 0,37         | 0,3         | 46,49           |
| Кисель из повидла                   | 180             | 108,14              | 0,04         | 0           | 26,24           |

### Полдник

|                         |     |        |      |      |       |
|-------------------------|-----|--------|------|------|-------|
| Булочка российская      | 60  | 173,42 | 4,08 | 4,90 | 29,25 |
| Чай с лимоном и сахаром | 180 | 39,1   | 0,18 | 0    | 9,34  |
|                         |     |        |      |      |       |
|                         |     |        |      |      |       |