

СОГЛАСОВАНО:

Директор МКОУ «Солдатско-Степновская СШ»

И.И.Ледяева



**МЕНЮ**

**16 апреля 2025**

|                                                   |                 |                     |              |             |                 |
|---------------------------------------------------|-----------------|---------------------|--------------|-------------|-----------------|
| <b>День 3/неделя1:Среда</b>                       |                 |                     |              |             |                 |
| <i>Завтрак</i>                                    | <i>Выход, г</i> | <i>Калорийность</i> | <i>Белки</i> | <i>Жиры</i> | <i>Углеводы</i> |
| Каша жидкая молочная гречневая с маслом и сахаром | 170             | 215,8               | 7,5          | 7,92        | 28,2            |
| Бутерброд с повидлом 35/15                        | 50              | 133,54              | 2,13         | 3,88        | 23,8            |
| Чай с сахаром                                     | 180             | 38,18               | 0,4          | 0           | 9,8             |
|                                                   |                 |                     |              |             |                 |
| <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> |
| Свекла отварная с растительным маслом    | 50              | 38,3                | 0,58         | 2,66        | 3,91            |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 180             | 99,54               | 2,95         | 2,48        | 17,85           |
| Рагу из птицы                            | 180             | 195,70              | 19,4         | 7,42        | 15,8            |
| Кисель из повидла с витамином С          | 180             | 105,32              | 0,02         | 0           | 26,38           |
| Хлеб пшеничный                           | 30              | 46,76               | 0,37         | 9,3         | 6,49            |
|                                          |                 |                     |              |             |                 |

**Полдник**

|                              |     |        |      |      |       |
|------------------------------|-----|--------|------|------|-------|
| Пирожок с картофелем и луком | 80  | 213,42 | 5,08 | 2,90 | 42,25 |
| Какао с молоком              | 180 | 92,1   | 4,18 | 3,24 | 11,34 |
|                              |     |        |      |      |       |
|                              |     |        |      |      |       |