

Директор МКОУ «Солдатско-Степновская СШ»

Н.И.Ледяева



День 7/неделя2:Вторник

День 7/неделя2:Вторник					
<i>Завтрак</i>	<i>Выход, г</i>	<i>Калорийность</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>
Каша жидкая молочная рисовая с маслом и сахаром	180	166,8	4,95	4,09	16,2
Бутерброд с сыром 40/10	50	150,54	5,13	6,6	15,85
Чай с сахаром и лимоном	180	39,18	0,28	0	9,54
2й завтрак					
Фрукты свежие	100	42,40	0,40	0,40	9,80

Обед

Блюда	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Консервы закусочные (икра кабачковая)	50	32,3	0,40	2,66	2,91
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	185	95,54	1,42	4,28	12,85
Котлеты биточки	70	159,70	7,14	11,4	6,8
Горошница	130	175,32	7,2	3,33	29,38
Хлеб пшеничный	30	46,76	1,45	0,2	17,49
Компот из смеси сухофруктов	180	72,14	0,24	0	9,24

Полдник

Запеканка из творога	80	203,42	15,08	5,90	22,25
Чай с сахаром	180	68,1	0,18	0	9,34