

Согласованно:

Директор МКОУ «Солдатско-Степновская СШ»

Н.И.Ледяева



День 8/неделя2:Среда					
<i>Завтрак</i>	<i>Выход, г</i>	<i>Калорийность</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>
Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом и сахаром	180	156,8	3,5	5,92	22,2
Бутерброд с маслом 40/10	50	159,54	5,13	7,88	19,85
Кофейный напиток с молоком	180	83,18	3,4	2,25	12,8
2й завтрак					
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 (огурец)	50	7,3	0,58	0,66	1,91
Суп картофельный с бобовыми (горох)	180	106,54	3,95	3,48	11,85
Печень тушенная в соусе	70	115,70	9,4	7,42	2,8
Каша гречневая рассыпчатая	130	210,25	7,19	6,30	31,20
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 повидлом	80	243,42	4,08	3,90	47,25
Молоко кипяченое	180	96,1	5,18	4,50	8,34