

СОГЛАСОВАНО:

Директор МКОУ «Солдатско-Степновская СПШ»  Н.И.Ледяева



МЕНЮ

29 мая 2025

День 4/неделя1:Четверг					
Завтрак	<i>Выход, г</i>	<i>Калорийность</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>
Каша жидкая молочная овсяная с маслом и сахаром	180	150,8	6,5	6,72	22,2
Бутерброд с сыром 35/10	50	150,54	5,13	6,88	16,85
Чай с сахаром и лимоном	180	38,18	0,4	0	9,8
Хлеб ржаной	30	76,85	2	0,33	16,38
2й завтрак					
Фрукты свежие	100	42,40	0,40	0,40	9,80

Обед

<i>Блюда</i>	<i>Выход, г</i>	<i>Калорийность</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>
Капуста квашенная с растительным маслом	50	42,3	0,88	2,66	4,91
Щи из свежей капусты с картофелем	185	91,54	1,95	5,98	9,85
Горошница	130	176,70	7,64	3,42	29,8
Хлеб пшеничный	30	46,76	0,37	0,3	46,49
Компот из свежих яблок	180	38,14	0,24	0,12	9,24

Полдник

Булочка «Российская»	60	178,42	4,08	4,90	29,25
Кисломолочный продукт	150	75,1	4,18	3,17	6