

СОГЛАСОВАНО:

Директор МКОУ «Солдатско-Степновская СШ»

Н.И.Ледяева



МЕНЮ

04 ИЮНЯ 2025 г.

День 3/неделя 1: среда					
<i>Завтрак</i>	<i>Выход, г</i>	<i>Калорийность</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>
Суп молочный с макаронными изделиями (вермишель)	250	150,8	8,5	12	2,2
Хлеб пшеничный	50	150,54	5,13	6,88	16,85
Чай с молоком	200	38,18	0,4	0	9,8

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,огурец)	60	10,3	0,58	0,66	1,91
Суп с бобовыми (горох)	200	106,54	3,95	3,98	11,85
Котлеты рыбные (минтай)	90	190,70	9,4	11,4	19,8
Каша пшеничная с овощами	150	142,32	2,2	8,33	16,38
Хлеб пшеничный	40	46,76	0,37	0,3	46,49
Компот из свежих плодов	200	38,14	0,24	0,12	9,24