

СОГЛАСОВАНО:

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

МЕНЮ

11 июня 2025

День 3/неделя1:Среда					
Завтрак	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
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
2й завтрак					
Соки овощные,фруктовые,ягодные	100	42,40	0,50	0	10,10

Обед

Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
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