

СОГЛАСОВАНО:
Директор МКОУ «Солдатско-Степновская СШ»



Н.И.Ледяева

МЕНЮ
19 июня 2025

День 9/неделя2:Четверг					
Завтрак	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
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					
Соки овощные, фруктовые, ягодные	100	42,40	0,50	0	10,10
Обед					

Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Овощи по сезону в нарезке (огурец)	50	7,3	0,58	0,66	1,91
Суп картофельный с крупой	180	119,54	5,95	5,48	12,85
Плов из птицы	200	244,70	13,64	10,42	22,8
Хлеб пшеничный	30	46,76	0,37	0,3	46,49
Кисель из повидла с витамином С	180	105,32	0,02	0	26,38

Полдник

Пирожок с картофелем и луком	80	217,42	5,08	2,90	42,25
Чай с сахаром	180	68,1	0,18	0	9,34