

Согласованно :

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



МЕНЮ

20 ИЮНЯ 2025 г.

День 5/неделя1:пятница					
Завтрак	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Каша вязкая из риса и пшена Дружба с маслом	200	307	5,5	12,1	34,7
Фрукты свежие (яблоко)	100	45,6	0,4	0,4	9,5
Чай с сахаром	200	42,32	0,2	0	10,4
Хлеб пшеничный	50	114	3,7	0,3	24,3

Обед

Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Овощи по сезону (помидор свежий)	60	12,8	0,7	0,1	2,3
Суп с макаронными изделиями	200	146,42	5,1	5,8	18,5
Котлета мяскопустная	90	180,90	11,7	13,7	12,0
Горошница	150	202	13,5	6,9	35
Хлеб пшеничный	50	114,8	3,7	0,3	24,3
Хлеб пеклеванный	50	98,9	3,2	0,4	20,5
Компот из свежих плодов	200	42,5	0,2	0,1	10,2