

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



27 ИЮНЯ 2025 г.

День 10/неделя2: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
Щи из свежей капусты с картофелем	200	146,42	5,1	5,8	18,5
Тефтели с соусом	90\30	191,70	16,0	12,8	8,0
Макаронные изделия отварные	150	150	180,6	5,4	4,9
Хлеб пшеничный	50	114,8	3,7	0,3	24,3
Хлеб пеклеванный	50	98,9	3,2	0,4	20,5
Компот из смеси сухофруктов	200	81	0,5	0	19,8