

СОГЛАСОВАНО:

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



МЕНЮ

27 июня 2023г.

День 5/неделя1:Пятница					
<i>Завтрак</i>	<i>Выход, г</i>	<i>Калорийность</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>
Каша жидкая молочная манная с маслом и сахаром	180	156,8	4,5	5,16	22,2
Бутерброд с маслом 40/10	50	159,54	5,13	7,88	19,85
Кофейный напиток с молоком	180	83,18	3,4	2,25	12,8
2й завтрак					
Соки овощные,фруктовые,ягодные	100	42,40	0,50	0	10,10

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)	50	7,3	0,58	0,66	1,91
Суп картофельный с крупой (пшено)	180	106,54	1,95	5,98	12,85
Фрикадельки из кур	70	153,70	9,4	8,4	8,84
Макароны отварные с маслом	130	142,32	4,60	3,33	28,38
Хлеб пшеничный	30	46,76	0,37	0,3	46,49
Компот из свежих яблок	180	38,14	0,24	0,12	9,24

Полдник

Пирожок с повидлом	100	243,42	4,08	3,90	47,25
Чай с сахаром	180	38,1	0,18	0	9,34