

Согласованно:

Директор МКОУ «Солдатско-Степновская СШ»

Н.И.Ледяева



День 9/неделя2:Четверг					
<i>Завтрак</i>	<i>Выход, г</i>	<i>Калорийность</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>
Суп молочный с макаронными изделиями	180	150,8	6,5	6,72	22,2
Бутерброд с маслом 40/10	50	160,54	5,13	6,88	16,85
Чай с сахаром	180	38,18	0,4	0	9,8
2й завтрак					
Сок яблочный	150	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>
Щи из свежей капусты с картофелем	180	73,54	5,95	5,48	12,85
Каша гречневая рассыпчатая	130	215,4	7,3	5,5	33,2
Тефтели мясные	100	90,70	13,64	10,42	22,8
Хлеб пшеничный	30	46,76	0,37	0,3	46,49
Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4	1,88	0,3	12,40
Компот из смеси сухофруктов	180	105,32	0,02	0	26,38

Полдник

Печенье	80	217,42	5,08	2,90	42,25
Чай с сахаром	180	68,1	0,18	0	9,34