СОГЛАСОВАНО:
Директор МКОУ «Солдатско-Степновская СШ» _____Н.И.Ледяева

МЕНЮ

30 сентября 2025

День 2/неделя1:Вторник					
Завтрак	*Выход, г*	*Калорийность*	*Белки*	*Жиры*	*Углеводы*
Каша из риса и пшена Дружба молочная вязкая	180	120,8	4,95	4,09	16,2
Бутерброд с сыром 40/10	50	159,54	3,13	7,6	19,85
Чай с сахаром	180	39,18	0,28	0	9,54
2й завтрак					
Сок яблочный	150	42,40	0,40	0,40	9,80

Обед

Блюдо	*Выход, г*	*Калорийность*	*Белки*	*Жиры*	*Углеводы*
Овощи по сезону	50	32,3	0,40	2,66	2,91
Суп картофельный с бобовыми	180	95,54	1,42	4,28	12,85
Тефтели мясные	70/30	190,70	14,14	3,4	10,8
Картофель отварной	130	175,32	3,2	4,33	31,38
Хлеб пшеничный	30	46,76	1,45	0,2	17,49
Хлеб ржано-пшеничный	30	59,32	1,8	0,33	12,38
Кисель	180	72,14	0,24	0	9,24

Полдник

Вафли	50	203,42	15,08	5,90	22,25
Чай с молоком	200	68,1	0,18	0	9,34