

Согласованно:

Директор МКОУ «Солдатско-Степновская СП»

Н.И.Ледяева



МЕНЮ  
23 октября 2025

|                                      |                 |                     |              |             |                 |
|--------------------------------------|-----------------|---------------------|--------------|-------------|-----------------|
| <b>День 9/неделя2:Четверг</b>        |                 |                     |              |             |                 |
| <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             |
| <b>2й завтрак</b>                    |                 |                     |              |             |                 |
| 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  |
|               |     |        |      |      |       |
|               |     |        |      |      |       |