

Согласованно:

Ио директора МКОУ «Солдатско-Степновская СШ»

О.В.Ханамирова

МЕНЮ
10 декабря 2025

День 8/неделя2:Среда					
Завтрак	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Каша вязкая молочная из риса и пшена Дружба с маслом	180	220,8	8,5	13,92	22,2
Бутерброд с сыром 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 яблочный	150	42,40	0,50	0	10,10

Обед

Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Овощи по сезону в нарезке	50	7,3	0,58	0,66	1,91
Суп картофельный с бобовыми (горох)	180	106,54	3,95	3,48	11,85
Птица тушенная в соусе с овощами	70	115,70	9,4	7,42	2,8
Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4	1,88	0,3	12,40
Компот из смеси сухофруктов	180	105,32	0,02	0	26,38
Хлеб пшеничный	30	46,76	0,37	9,3	6,49

Полдник

Суп молочный с крупой гречневой	180	143,42	4,08	3,90	47,25
Чай с сахаром	180	39,1	0,18	0	9,34
Хлеб пшеничный	30	46,76	0,37	9,3	6,49