

СОГЛАСОВАНО:
Ио директора МКОУ «Солдатско-Степновская СШ»



О.В.Ханамирова

**Меню
15 декабря 2025**

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ №311К	90	8,6	10,4	6,8	158,3	311К	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203	150	3,70	5,70	28,20	195,70	203	2017
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор св.,капуста квашеная,огурец сол.,помидор сол.)	60	0,41	0,10	0,84	5,00	70,71,80	2017
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ № 53	200	0,30	0,00	16,00	66,40	53	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	2,37	0,30	14,49	70,90	6	
Итого за прием пищи:	530	15,38	16,50	66,33	496,30		

Для детей СОВЗ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ №311К	90	8,6	10,4	6,8	158,3	311К	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203	150	3,70	5,70	28,20	195,70	203	2017
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор св.,капуста квашеная,огурец сол.,помидор сол.)	60	0,41	0,10	0,84	5,00	70,71,80	2017
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ № 53	200	0,30	0,00	16,00	66,40	53	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	2,37	0,30	14,49	70,90	6	
Итого за прием пищи:	530	15,38	16,50	66,33	496,30		
Полдник							
БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146	100	8,90	9,50	31,50	220,10	146	
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	200	0,30	0,00	16,00	66,40	53	
Итого за прием пищи:	300	9,20	9,50	47,50	286,50		