

Согласованно:
Ио директора МКОУ «Солдатско-Степновская СШ»

О.В.Ханамирова

МЕНЮ
20 января 2026

День 7/неделя2:Вторник					
<i>Завтрак</i>	<i>Выход, г</i>	<i>Калорийность</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>
Каша вязкая молочная рисовая	180	166,8	4,95	4,09	16,2
Бутерброд с повидлом 40/10	50	150,54	5,13	6,6	15,85
Какао с молоком	180	39,18	0,28	0	9,54
2й завтрак					
Фрукты свежие(яблоки)	100	42,40	0,40	0,40	9,80

Обед

<i>Блюдо</i>	<i>Выход, г</i>	<i>Калорийность</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>
Овощи по сезону	50	32,3	0,40	2,66	2,91
Суп картофельный с крупой	185	95,54	1,42	4,28	12,85
Котлета рубленая из птицы	70	159,70	7,14	11,4	6,8
Макаронные изделия отварные с маслом	130	175,32	7,2	3,33	29,38
Хлеб пшеничный	30	46,76	1,45	0,2	17,49
Компот из смеси сухофруктов	180	72,14	0,24	0	9,24
Хлеб ржано-пшеничный	30	59,32	1,8	0,33	12,38

Полдник

Булочка	50	203,42	15,08	5,90	22,25
Кисломолочный продукт(кефир)	200	253,1	6,18	5,6	8,34