

Согласовано

И.о. директора МКОУ «Солдатско-Степновская СПШ»

О.В.Ханамирова

МЕНЮ

01 июня 2026 г.

День 1/неделя 1: Понедельник					
Завтрак	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Каша вязкая молочная манная с маслом	200	279,8		13	28,2
Яйцо вареное вкрутую	1 шт	100,54	7,13	5,88	0,85
Чай с сахаром и лимоном	200	60,18	0,3	0	15,8
Хлеб пшеничный	60	137	4,5	0,4	29,2

Обед

Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Свекла с маслом	60	55,3	0,8	3,66	5,91
Суп гороховый	200	196,54	5,95	7	27,85
Тефтели из говядины с рисом с соусом томатным	90/30	239,70	11	14,4	15,8
Каша пшенная вязкая	150	157,32	4,2	4,33	27,38
Компот из смеси сухофруктов	200	20,76	0,37	0,0	84,49
Хлеб пшеничный	50	114,14	3,24	0,3	24,24
Хлеб пеклеваный	40	79,2	2,5	0,4	16,4