


УТВЕРЖДАЮ
Заведующая
МАОУ Сладковская СОШ
филиал Никулинская ООШ
 В.Н.Квасова

08.12.2025 (3 день)

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1-4 кл	Салат из свеклы с сыром	100	95	4	5	8	
	Плов из мяса	200	319	13	14	37	
	Напиток из плодов шиповника	200	90	0	0	22	
	Хлеб ржаной	20	41	1	0	9	
	Хлеб пшеничный	20	39	1	0	8	
	Доп.питание	йогурт	100	80	2	3	16
		рогалик	60	39	1	0	10
Завтрак 5-9 кл	Салат из свеклы с сыром	100	106	4	7	8	
	Плов из мяса	250	400	15	16	49	
	Напиток из плодов шиповника	200	94	3	3	15	
	Хлеб ржаной	20	41	1	0	9	
	Хлеб пшеничный	20	39	1	0	8	
Обед	Салат из белокачанной капусты с зеленым горошком	100	70	2	5	5	
	Рассольник ленинградский с птицей со сметаной	250	126	4,8	6	13	
	Запеканка картофельная с мясом отварным, с маслом	250	408	20	20	0	
	Сок	200	90	0	0	22	
	Хлеб пшеничный	60	116	3	1	24	
	Хлеб витаминный	40	81	1	0	19	

Повар  Л.В.Михайлова