

Утверждаю

директор  
ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка  
\_\_\_\_\_ /Малкин Владимир Юрьевич/

# МЕНЮ

7 февраля 2025 г.

## Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША "ДРУЖБА"МОЛОЧНАЯ	180	5,2	7,3	21,4	173
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,1	2,6	9,7	75
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116
Итого		10,6	14,9	46,5	364
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	106	0,5	0,1	10,5	46
Итого		0,5	0,1	10,5	46
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	30	0,2	1,7	0,7	21
БОРЩ С КАПУСТОЙ,КАРТОФЕЛЕМНАМ/К СО СМЕТАНОЙ	160	5,7	4,5	19,5	143
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3,6	3,9	16,5	115
ПОДЛИВА МЯСНАЯ	60	5,4	6,3	4,4	97
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,5		11,3	47
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,3	0,3	14,8	71
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
Итого		19	16,9	75,7	535
<b>Полдник</b>					
РЯЖЕНКА	180	5,4	1,8	7,6	72
БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52
Итого		6,9	2,4	17,9	124
<b>Ужин</b>					
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,9	2,4	5,1	47
ЧАЙ С САХАРОМ	180/15			4,9	19
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	8,1	10	1,4	128
Итого		10,3	12,6	19,9	235
Всего		47,3	46,9	170,5	1304

Цена: 157 рублей