

Утверждаю

директор
ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка
_____/Малкин Владимир Юрьевич/

МЕНЮ
04 ИЮЛЯ 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	170	5,8	7	23,3	181
ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	3,1	2,6	9,7	75
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,2	4,9	14,9	113
Итого		11,1	14,5	47,9	369
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,4	45
Итого		0,5	0,1	10,4	45
Обед					
САЛАТ «СВЕКОЛКА»	30	0,3	1,9	1,4	25
ЩИ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	160	2	3,6	13,8	96
АЗУ ПО- ТАТАРСКИ	160	9,6	10,9	8,3	172
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150			6,8	27
		1,3	0,2	8,5	41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40		15,2	16,9	51,5	422
Полдник					
КЕФИР	180	5,3	5,8	8,6	110
ПРЯНИК	30	1,6	0,2	9,8	48
Итого		6,9	6	18,4	158
Ужин					
СУП РЫБНЫЙ «УХА»	180	1,8	0,6	25,2	115
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	14,1	10,9	40,4	316
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,3		7,3	30
ИТОГО		16,2	11,5	72,9	461
Всего		49,9	49	201,1	1455
СТОИМОСТЬ -157 РУБ.					