

Утверждаю

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

МЕНЮ
08 ИЮЛЯ 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ДРУЖБА МОЛОЧНАЯ	180	5,8	7	23,3	181
КАКАО НА МОЛОКЕ	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 ИЗ СВЕЖ.ОГУРЦОВ	30	0,3	1,9	1,4	25
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФ.НА М/К СО СМЕТАНОЙ	160	2	3,6	13,8	96
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	110	9,6		8,3	172
ПОДЛИВКА МЯСНАЯ	60	6,8	10,9		27
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	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					
ЧАЙ	180	5,3	5,8	8,6	110
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,6	0,2	9,8	48
ИТОГО		6,9	6	18,4	158
Ужин					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	170	1,8	0,6	25,2	115
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	30	14,1	10,9	40,4	316
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,3		7,3	30
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20		16,2	11,5	72,9	461
Всего		49,9	49	201,1	1505
Стоимость -149 руб.					