

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

\_\_\_\_\_ /Малкин Владимир Юрьевич/

## МЕНЮ

1 апреля 2025 г.

### Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША З ЗЛАКА МОЛОЧНАЯ	190	8,1	9,4	31,9	244
КАКАО НА МОЛОКЕ	180	4,1	3,4	12	96
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,6	5,1	18	129
Итого		14,8	17,9	61,9	469
<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 СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,5	2,6	2,1	34
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА М/К.БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	5,2	7,8	22,5	183
СУФЛЕ ИЗ КУР (ПАРОВОЕ)	150	16,4	19,9	7,4	274
СОУС ТОМАТНО ОВОЩНОЙ	50	0,7	1,9	3,4	34
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,9	96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	3	0,2	19,6	92
Итого		28,9	32,8	83,6	748
<b>Полдник</b>					
РЯЖЕНКА	200	6	2	8,4	80
ПРЯНИК	50	3	2,4	37,5	183
Итого		9	4,4	45,9	263
<b>Ужин</b>					
МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ	70	1,1	2,3	6,1	50
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	17,3	13,6	20,5	276
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	70	1	2,8	4,5	48
ОТВАР ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ ЯГОДЫ	185	0,2	0,1	8,8	37
Итого		19,6	18,8	39,9	411
Всего		72,8	74	241,8	1937

Цена: 168 рублей