

Утверждаю

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

МЕНЮ
01 декабря 2025 г.
Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ДРУЖБА ИЗ РИСА И ПШЕНА МОЛОЧНАЯ	180	15,2	13	8,2	212
КАКАО НА МОЛОКЕ	160	0,7	1,7	3,1	29
		3,4	3,4	10,8	88
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2,2	4,4	13,2	101
Итого		21,5	22,5	35,3	430
II Завтрак					
ЯБЛОКО	130	0,5	0,1	10,5	45
Итого		0,5	0,1	10,5	45
Обед					
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ И ЛУКА	30	0,6	2,2	3,4	36
БОРЩ СО СВ.КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	160	5,2	5,9	18	147
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	130	8,9	3,5	18,5	142
ПОДЛИВКА МЯСНАЯ	70	6,7	7,5	4,8	114
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40		23,7	19,3	66,6	537
Полдник					
СНЕЖОК 2.5%	180			6,3	26
СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	20	1,8	1,4	22,5	110
		1,8	1,4	28,8	136
Ужин					
МОРКОВЬ ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	0,8	0,1	4,2	21
СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ,СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	130/15	9,1	11,2	55,8	360
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО ЯГОДНОГО	160	5	5,5	13,8	127
Итого		14,9	16,8	73,8	508
Всего		62,4	60,1	215	1656

Цена: 170 рублей