

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

/Малкин Владимир Юрьевич/

МЕНЮ

02 ДЕКАБРЯ 2025 г.

Сад 12 часов

| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| ЛЕНИВЫЙ ПИРОГ ИЗ ТВОРОГА | 160 | 7,6 | 9,3 | 29,9 | 234 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 200 | 4,2 | 4,3 | 11,9 | 103 |
| БАТОН | 25 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52 |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 |
| Итого | | 13,4 | 18,4 | 52,2 | 372,9 |
| II Завтрак | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,3 | 44 |
| Итого | | 0,5 | 0,1 | 10,3 | 44 |
| Обед | | | | | |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 50 | 0,5 | 1 | 1,4 | 17 |
| СУП БАВАРСКИЙ С ФАСОЛЬЮ М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 4,5 | 4 | 19,8 | 136 |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ И РИСА | 170 | 3,3 | 4,8 | 20,5 | 139 |
| СОУС ТОМАТНЫЙ | 30 | 8,6 | 3 | 3,1 | 84 |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0,2 | 0,1 | 15,1 | 62 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 47 | 3,6 | 0,3 | 23,6 | 111 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 1,7 | 0,2 | 10,6 | 51 |
| Итого | | 22,4 | 13,4 | 94,1 | 823 |
| Полдник | | | | | |
| ПРЯНИК | 35 | 5,6 | 4,9 | 8,1 | 105 |
| ЧАЙ | 200 | 4 | 0,5 | 24,6 | 119 |
| ИТОГО | | 9,6 | 5,4 | 32,7 | 229 |
| Ужин | | | | | |
| БАНАН | 120 | 14,7 | 8,4 | 6,6 | 163 |
| ХАЧАПУРИ | 130 | 0,1 | | 7 | 29 |
| КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ | 200 | 1,8 | 0,2 | 11,4 | 55 |
| Итого | | 16,6 | 8,6 | 25 | 247 |
| Всего | | 62,5 | 45,9 | 214,3 | 2130 |

Цена: 175 рублей