

Утверждаю

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

МЕНЮ

2 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	170	6,8	9,1	25,2	210
ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	2,8	2,2	9,6	70
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		11,1	16	45,1	370
II Завтрак					
ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,8	56
Итого		0,5	0,5	11,8	56
Обед					
САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	40	0,5	2,1	1,7	27
ЩИ ИЗ СВ. КАПУСТЫ С ФАСОЛЬЮ НА М/КСО СМЕТАНОЙ	160	6,1	5,5	13,1	126
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	120	2,7	4,4	16,4	116
ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	70	9,4	5,2	5,6	119
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2		12,6	52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,1	0,2	14,1	66
Итого		21	17,4	63,5	506
Полдник					
ОТВАР ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ ЯГОДЫ	180	0,1	0,1	7,9	33
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
Итого		1,6	2,1	22,8	116
Ужин					
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	200	12,8	8,6	4,7	149
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180			7	29
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
Итого		14,1	8,8	20,2	219
Всего		48,3	44,8	163,4	1267

Цена: 157 рублей