

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

_____/Малкин Владимир Юрьевич/

МЕНЮ

3 июня 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	90	4,7	4,6	18,4	135
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	66	8,4	7,6	0,5	104
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	32	0,6	2,8	2,5	38
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,6	2,8	9	72
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		17,8	22,5	40,7	439
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	114	0,6	0,1	11,5	49
Итого		0,6	0,1	11,5	49
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖ ОГУРЦОВ	30	0,3	1,9	1,4	25
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	160	6,4	8,2	22,1	188
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	170	10	11,2	8,5	177
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2		12,6	52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,2	0,3	21,1	100
Итого		20,1	21,6	65,7	542
Полдник					
КИСЕЛЬ ФРУКТОВЫЙ	180			15,8	63
БАТОН	20	1,5	0,6	10	52
Итого		1,5	0,6	25,8	115
Ужин					
ЯБЛОКО	140	0,6	0,6	13,7	66
СУП РЫБНЫЙ "УХА"	180	7,2	2,5	13,4	106
ОТВАР ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ ЯГОДЫ	180	0,1	0,1	7,7	33
ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78
Итого		10,4	3,5	50,9	283
Всего		50,4	48,3	194,6	1428

Цена: 157 рублей