

Утверждаю

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

МЕНЮ
04 декабря 2025 г.
Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	170	15,2	13	8,2	212
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 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	299
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	103	0,5	0,1	10,5	45
Итого		0,5	0,1	10,5	43
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,6	2,2	3,4	36
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА М/К	160	5,2	5,9	18	147
ОТВАРНЫЕ МАКАРОНЫ	110	8,9	3,5	18,5	142
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	60	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	686
Полдник					
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180			6,3	26
ПЕЧЕНЬЕ	16	1,8	1,4	22,5	110
ИТОГО		1,8	1,4	28,8	136
Ужин					
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	120	0,8	0,1	4,2	21
КРУАССАН С ЫРОМ	130	9,1	11,2	55,8	360
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	160	5	5,5	13,8	127
Итого		14,9	16,8	73,8	508
Всего		62,4	60,1	215	1806

Цена: 170 рублей