

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

/Малкин Владимир Юрьевич/

МЕНЮ

05 декабря 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ 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 «ЗИМНИЙ»	30	0,6	2,2	3,4	36
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА М/К	160	5,2	5,9	18	147
КУЛЕБЯКА С КУРОЙ	160	8,9	3,5	18,5	142
		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					
МОЛОКО	180			6,3	26
ВАФЛИ	16	1,8	1,4	22,5	110
ИТОГО		1,8	1,4	28,8	136
Ужин					
ЯБЛОКО	130	0,8	0,1	4,2	21
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	9,1	11,2	55,8	360
ЧАЙ С САХАРОМ	180	5	5,5	13,8	127
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		14,9	16,8	73,8
Всего			62,4	60,1	508
					1806

Цена: 170 рублей