

Утверждаю

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

МЕНЮ
6 мая 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА"МОЛОЧНАЯ	190	5,5	7,8	22,7	183
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,3	11,9	103
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,6	5,1	18	129
Итого		12,2	17,2	52,6	415
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	140	4,1	3,5	5,9	76
Итого		4,1	3,5	5,9	76
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,5	2,7	2	35
БОРЩ С КАПУСТОЙ,КАРТОФЕЛЕМНАМ/К СО СМЕТАНОЙ	200	8,1	7,9	24,8	203
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,4	4,7	24,6	162
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	70	7,8	8,8	6,1	136
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,6		13,4	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,4	0,3	22,6	107
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
Итого		27,5	24,6	104,1	751
Полдник					
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	86
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209
Итого		4,8	5,1	57,4	295
Ужин					
ЯБЛОКО	135	0,5	0,5	13,2	64
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	180	15,4	8,8	1,2	144
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,7	1,9	3,9	36
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	10,9	57
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
Итого		18,8	11,6	39,8	352
Всего		67,4	62	259,8	1889

Цена: 168 рублей