

Утверждаю

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

МЕНЮ

06.08.25

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	130	18,5	14,4	11,9	255
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	70	0,3	0,9	1,2	14
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	3,2	12,9	96
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116
Итого		25	23,5	41,4	481
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	106	0,5	0,1	10,5	46
Итого		0,5	0,1	10,5	46
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,5	2,6	2,1	34
СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	200/9	3,2	3,1	24,7	140
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,7	4	30,1	175
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	70	8,1	9,3	3,1	128
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			8,1	33
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,7	0,3	24,1	114
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		22,8	19,7	109,2	706
Полдник					
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		7,8	32
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209
Итого		3,9	4,9	45	241
Ужин					
БАНАН	156	2,2	0,8	31,1	142
КРУАССАН С СЫРОМ	150	9,8	14	43	337
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	4,5	4,9	27,4	174
Итого		16,5	19,7	101,5	653
Всего		68,7	67,9	307,6	2127

Цена: 167 рублей