

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

/Малкин Владимир Юрьевич/

МЕНЮ

6 октября 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	170	7,7	8,8	26,5	217
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	11		62,2	293
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		20,2	13,5	99	600
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	103	0,5	0,1	10,2	44
Итого		0,5	0,1	10,2	44
Обед					
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	30	0,9	1,1	1,8	20
СУП ПО ПОЛЬСКИ НА М/К БУЛЬОНЕ	160	4,6	4,6	14,4	118
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	120	1,6	3,9	9,9	82
"ЕЖИКИ" КУРИНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60	11,9	10,5	6,4	168
КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ	150			6,8	27
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого		23,3	20,6	67,1	547
Полдник					
РЯЖЕНКА	186	5,2	4,6	7,6	97
ПЕЧЕНЬЕ	16	0,8	1,1	8,2	46
Итого		6	5,7	15,8	143
Ужин					
ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
ВАТРУШКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	130	17,4	14,7	27,1	312
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,1		6,5	27
Итого		18	15,2	46,3	400
Всего		68	55,1	238,4	1734

Цена: 170 рублей