Утверждаю

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

МЕНЮ
07 июля 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	190	6,5	7,5	28,1	205
КАКАО НА МОЛОКЕ	180	3,9	3,2	12,9	96
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,6	5,1	18	129
Итого		13	15,8	59	430
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	44
Итого		0,5	0,1	10,1	44
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,5	2,6	2,1	34
СУП МОЗАЙКА НА М/К СО СМЕТАНОЙ	200	4,9	5,8	17,5	144
КАПУСТА ТУШЕННАЯ	200	24,7	11,9	13	281
		0,5	2,9	2,2	37
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,8	0,2	18,6	88
Итого		35,4	23,7	74,8	680
Полдник					
ВАРЕНЕЦ	200	6,1	5,3	8,4	111
БАТОН	30	3,7	4,7	36,6	204
СЫР(ПОРЦИЯМИ)	20	9,8	10	45	315
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ В МОЛОКЕ	200	0,6	0,6	14,7	71
		15,5	18,5	42,6	399
ОТВАР ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ ЯГОДЫ	200	4,8	5,2	23,2	160
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	20,9	24,3	80,5	630
Всего		79,6	73,9	269,4	2099
Стоимость – 162 руб.					