

Утверждаю

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

МЕНЮ
9 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	190	8,6	10	29,6	243
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	4,1	12,8	104
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116
Итого		14,8	19,1	57,8	463
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	104	0,5	0,1	10,3	45
Итого		0,5	0,1	10,3	45
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА	50	0,5	2,6	2,1	34
СУП ПО ПОЛЬСКИ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	4,9	6,7	18	154
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,9	4,7	17,8	126
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	60	8,2	8,3	3,3	121
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого		22,8	22,9	89,7	660
Полдник					
РЯЖЕНКА	200	5,6	4,9	8,1	105
ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106
Итого		6,4	5,9	31,3	211
Ужин					
БАНАН	140	2,1	0,7	29,4	134
ВАТРУШКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	130	21,9	17,2	28	358
ОТВАР ИЗ ШИПОВНИКА	200/15	0,2	0,1	10,2	46
Итого		24,2	18	67,6	538
Всего		68,7	66	256,7	1917

Цена: 169 рублей