

Утверждаю

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

МЕНЮ
9 июня 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	170	6,8	9,1	25,2	210
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3,2	2,7	10,5	80
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		11,5	16,5	46	380
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	103	0,5	0,1	10,4	44
Итого		0,5	0,1	10,4	44
Обед					
САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	30	0,3	1,9	1,4	25
ЩИ ИЗ СВ. КАПУСТЫ С ФАСОЛЬЮ НА М/КСО СМЕТАНОЙ	160	3,5	3,3	13,1	96
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	120	2,7	4,4	16,4	116
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	60	6,7	6,9	4,9	110
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2		12,6	52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,1	0,2	14,1	66
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
Итого		16,8	16,9	71	506
Полдник					
РЯЖЕНКА	180	5,2	4,5	7,6	97
ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	110
Итого		7	5,9	30,1	207
Ужин					
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	200	12,8	6,5	4,7	130
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180			6,3	26
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
Итого		14,1	6,7	19,5	197
Всего		49,9	46,1	177	1334

Цена: 157 рублей