Утверждаю

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

МЕНЮ
09 июля 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,5	7,5	28,1	205
ЧАЙ С МОЛОКОМ	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 СВЕЖИХ ПОМИДОР	50	0,5	2,6	2,1	34
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА М/К	200	4,9	5,8	17,5	144
КУЛЕБЯКА С КУРОЙ	200	24,7	11,9	13	281
КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ	180	0,5	2,9	2,2	37
				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					
КЕФИР	200	6,1	5,3	8,4	111
СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	50	3,7	4,7	36,6	204
ИТОГО		9,8	10	45	315
Ужин					
ЯБЛОКО	130	0,6	0,6	14,7	71
ПАЛОЧКИ ТВОРОЖНЫЕ	130	15,5	18,5	42,6	399
СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	4,8	5,2	23,2	160
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	20,9	24,3	80,5	630
Всего		79,6	73,9	269,4	2099
Стоимость – 162 руб					