

Утверждаю

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

МЕНЮ
10 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША 3 ЗЛАКА МОЛОЧНАЯ	170	6,2	8,4	25,4	202
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3,3	2,7	10,9	81
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	33	2,1	4,9	14,4	111
Итого		11,6	16	50,7	394
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	114	0,6	0,1	11,3	49
Итого		0,6	0,1	11,3	49
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ПОРЦИОННЫЙ	30	0,3	0,6	1,1	11
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА КУР .БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	2,9	3,8	17,3	117
СУФЛЕ ИЗ КУР ПАРОВОЕ	130	15,8	19,1	5,8	259
СОУС ТОМАТНО ОВОЩНОЙ	30	0,6	1,9	4,1	38
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБПШЕНИЧНЫЙ	31	2,1	0,3	13,1	63
Итого		23,7	26	60,9	576
Полдник					
РЯЖЕНКА	185	5,6	1,9	7,8	74
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого		7,9	4,8	30,1	199
Ужин					
МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ	50	0,8	1,6	4,4	35
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	17,3	13,6	20,5	276
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,7	2	3,2	34
КИСЕЛЬ	160			7,8	31
Итого		18,8	17,2	35,9	376
Всего		62,6	64,1	188,9	1594

Цена: 158 рублей