

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

/Малкин Владимир Юрьевич/

## МЕНЮ

10 ноября 2025 г.

### Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	160	3,7	7,2	8,9	116
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	3,2	12,9	96
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,6	5,1	18	129
Итого		10,2	15,5	39,8	341
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	109	0,5	0,1	10,8	47
Итого		0,5	0,1	10,8	47
<b>Обед</b>					
САЛАТ ЛУКОВЫЙ	50	0,6	2	3,7	36
СУП БАВАРСКИЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	180	11	7,7	29,4	232
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	170	24,7	11,9	13	282
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,5	2,9	2,2	37
КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ	180			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,8	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,1	0,3	20,6	97
Итого		42,7	25,2	95,4	805
<b>Полдник</b>					
РЯЖЕНКА	200	6,1	5,3	8,8	113
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209
Итого		9,9	10,2	46	322
<b>Ужин</b>					
ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	14,7	71
ХАЧАПУРИ	150	16,5	19,7	45,7	428
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	4,8	5,2	23,2	160
Итого		21,9	25,5	83,6	659
Всего		85,2	76,5	275,6	2174

Цена: 175 рублей