Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

_____/Малкин Владимир Юрьевич/

МЕНЮ

11 июля 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ С СЫРОМ	90	6,5	7,5	28,1	205
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ /ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40/50	3,9	3,2	12,9	96
ЧАЙ С МОЛОКОМ	190	2,6	5,1	18	129
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	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 КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	50	0,5	2,6	2,1	34
СУП С КЛЕЦКАМИ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	200	4,9	5,8	17,5	144
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	200	24,7	11,9	13	281
		0,5	2,9	2,2	37
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180			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					
КИСЕЛЬ ФРУКТОВЫЙ	200	6,1	5,3	8,4	111
СЫР(ПОРЦИЯМИ)	20	3,7	4,7	36,6	204
БАТОН	30	9,8	10	45	315
Ужин					
СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕННЫЙ	200	0,6	0,6	14,7	71
ОТВАР ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ ЯГОДЫ	200	15,5	18,5	42,6	399
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	4,8	5,2	23,2	160
ЯБЛОКО	120	20,9	24,3	80,5	630
Всего		79,6	73,9	269,4	2099
Стоимость -160руб					