

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

/Малкин Владимир Юрьевич/

МЕНЮ

11 ноября 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	130	18,5	14,4	11,9	255
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	70	0,3	0,9	1,2	14
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	3,4	12	96
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116
Итого		25,2	23,7	40,5	481
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	106	0,5	0,1	10,5	46
Итого		0,5	0,1	10,5	46
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,5	2,6	2,1	34
СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	200/9	3,2	3,1	24,7	140
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,7	4	30,1	175
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	70	8,1	9,3	3,1	128
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			8,1	33
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,7	0,3	24,1	114
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		22,8	19,7	109,2	706
Полдник					
ЧАЙ	200	0,3		0,6	4
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177
Итого		1,7	1,7	39,3	181
Ужин					
БАНАН	156	2,2	0,8	31,1	142
КРУАССАН С СЫРОМ	150	9,8	14	43	337
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	4,5	4,9	27,4	174
Итого		16,5	19,7	101,5	653
Всего		66,7	64,9	301	2067

Цена: 175 рублей