

Утверждаю

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

МЕНЮ
11 ноября 2025 г.
Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	120	17	13,3	11	236
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	60	0,8	2,4	3,8	41
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,1	2,6	9,7	75
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,9	4,8	12,9	103
Итого		22,8	23,1	37,4	455
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	30	0,3	1,7	1,3	22
СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	160/9	2,5	2,5	20,2	115
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,3	3,3	21,2	128
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	60	7,4	7,2	3,6	109
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150			6,8	27
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,5	80
Итого		18,1	15,3	82,3	542
Полдник					
ЧАЙ	180	0,3		0,5	3
ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
Итого		0,9	0,7	16	74
Ужин					
БАНАН	150	2,1	0,7	30,6	140
КРУАССАН С СЫРОМ	130	8,6	11,2	39,1	293
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180	4,5	4,9	19,8	143
Итого		15,2	16,8	89,5	576
Всего		57,5	56	235,7	1693

Цена: 170 рублей