

Утверждаю

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

МЕНЮ
12 декабря 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7,6	9	31,5	238
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	3,4	12	96
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	28	1,8	4,3	11,3	92
Итого		13,5	16,7	54,8	426
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	102	0,5	0,1	10,3	44
Итого		0,5	0,1	10,3	44
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,9	2,9	5,7	54
СУП БАВАРСКИЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	6	4,6	27,4	177
ПЛОВ ИЗ МЯСА КУР	200	14,1	16,4	32,6	335
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,6		14	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
Итого		26,4	24,3	110,4	771
Полдник					
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		7	29
БАТОН	33	2,6	0,3	16,2	79
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,5	5,7		71
Итого		7,2	6	23,2	179
Ужин					
ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	14,7	71
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ ПО ПОЛЬСКИ	170	16,7	8,9	5	166
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,7	4,2	3,8	56
ЧАЙ С САХАРОМ	200			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого		20	14	44,9	389
Всего		67,6	61,1	243,6	1809

Цена: 175 рублей