

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

/Малкин Владимир Юрьевич/

МЕНЮ

12 декабря 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	170	6,1	7	24,4	186
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,1	3,3	9,6	81
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		10,7	15	44,3	357
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	101	0,5	0,1	10,2	43
Итого		0,5	0,1	10,2	43
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	30	0,6	1,5	2,4	25
СУП БАВАРСКИЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160	5,9	5,3	24,8	173
ПЛОВ С МЯСОМ КУРЫ	160	10,8	12,2	28,2	268
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,5		11,3	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого		21,1	19,5	87,9	615
Полдник					
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180			6,3	26
БАТОН	25	2	0,3	12,3	60
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2,7	3,4		42
Итого		4,7	3,7	18,6	128
Ужин					
ЯБЛОКИ	150	0,6	0,6	14,7	71
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПО ПОЛЬСКИ	160	16,1	7,9	2,3	145
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	20	0,5	1,3	2,7	24
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	28
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
Итого		18,6	10	35,2	309
Всего		55,6	48,3	196,2	1452

Цена: 170 рублей