

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

_____/Малкин Владимир Юрьевич/

МЕНЮ

13 августа 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	170	7,7	8,8	26,5	217
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	11		62,2	293
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		20,2	13,5	99	600
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	103	0,5	0,1	10,2	44
Итого		0,5	0,1	10,2	44
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА	30	0,3	1,9	1,4	25
СУП ПО ПОЛЬСКИ НА М/К БУЛЬОНЕ	160	4,6	4,6	14,4	118
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	120	1,6	3,9	9,9	82
ПОДЛИВА ИЗ МЯСА КУР	60	6,2	7,5	2,1	101
КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ	150			6,8	27
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого		17	18,4	62,4	485
Полдник					
КЕФИР	186	5,2	4,6	7,2	96
ПЕЧЕНЬЕ	16	0,8	1,1	8,2	46
Итого		6	5,7	15,4	142
Ужин					
ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
ВАТРУШКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	130	17,4	14,6	27,1	311
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180			6,3	26
Итого		17,9	15,1	46,1	398
Всего		61,6	52,8	233,1	1669
Стоимость -156 руб					