

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

/Малкин Владимир Юрьевич/

МЕНЮ

13 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	190	6,5	8,4	25,5	204
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	3,4	13	99
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	32	1,9	4,8	13,2	105
Итого		12,5	16,6	51,7	408
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43
Итого		0,5	0,1	10,1	43
Обед					
САЛАТ "ЗИМНИЙ"	50	0,5	2,7	2,2	36
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА КУР. БУЛЬОНЕ	180	7,6	6,6	24,4	190
КУЛЕБЯКА С МЯСОМ	200	19,9	22,5	48,2	474
КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ	180			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		30,6	32,2	100,5	817
Полдник					
РЯЖЕНКА	200	0,2	0,2	0,3	4
ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106
Итого		1	1,2	23,5	110
Ужин					
ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	14,7	71
ПАЛОЧКИ ТВОРОЖНЫЕ,	120	22,8	17,1	22,3	339
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,7	2	3,2	34
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	3,2	13,9	100
Итого		28	22,9	54,1	544
Всего		72,6	73	239,9	1922

Цена: 170 рублей