Утверждаю

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

МЕНЮ
14 июля 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	190	6,5	7,5	28,1	205
КОФЕ НА МОЛОКЕ	180	3,9	3,2	12,9	96
		2,6	5,1	18	129
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	13	15,8	59	430
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	44
Итого		0,5	0,1	10,1	44
Обед					
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАН.	50	0,5	2,6	2,1	34
СУП ПО ПОЛЬСКИ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	200	4,9	5,8	17,5	144
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	130	24,7	11,9	13	281
ТЕФТЕЛЯ КУРИНАЯ	70	0,5	2,9	2,2	37
КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ	180			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,8	0,2	18,6	88
Итого		35,4	23,7	74,8	680
Полдник					
ВАРЕНЕЦ	200	6,1	5,3	8,4	111
БАТОН	50	3,7	4,7	36,6	204
		9,8	10	45	315
Ужин					
ВАТРУШКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	130	0,6	0,6	14,7	71
ОТВАР ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	15,5	18,5	42,6	399
ЯБЛОКО	150	4,8	5,2	23,2	160
		20,9	24,3	80,5	630
Всего		79,6	73,9	269,4	2099
Стоимость – 165руб					