

Утверждаю

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

МЕНЮ
14 августа 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	190	6,6	9,4	22,7	201
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	4,1	12,8	104
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2	4,4	13,5	102
Итого		12,5	17,9	49	407
II Завтрак					
БАНАН	112	1,7	0,6	23,5	108
Итого		1,7	0,6	23,5	108
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,9	2,9	5,6	53
СУП ХАРЧО НА М/К СО СМЕТАНОЙ	180	2,9	3,6	22,6	135
ЛАПШЕВНИК С МЯСОМ	150	15	15,4	30,8	323
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	50	0,7	1,9	4,6	39
КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ	180			8,7	35
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,3	0,3	21,6	102
Итого		22,8	24,1	93,9	687
Полдник					
МОЛОКО	200	5,6	6,2	9,1	116
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177
Итого		7	7,9	47,8	293
Ужин					
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
РАГУ ОВОЩНОЕ	180	4,3	14,4	24,8	249
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3		9,5	40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71
Итого		12	19,2	49,7	423
Всего		56	69,7	263,9	1918
Стоимость – 170руб.					