

Утверждаю

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

МЕНЮ
14 августа 2025 г.
Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	170	5,9	8,3	20,2	180
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	3,3	3,4	10,8	87
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	28	1,5	4,7	10	89
Итого		10,7	16,4	41	356
II Завтрак					
БАНАН	112	1,6	0,6	22,8	104
Итого		1,6	0,6	22,8	104
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	30	0,6	1,5	2,4	25
СУП ХАРЧО НА М/К СО СМЕТАНОЙ	160	2,4	3,1	17,9	109
ЛАПШЕВНИК С МЯСОМ	130	12,3	13,9	21,3	261
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	30	0,4		2,9	14
КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ	150			4,9	19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71
Итого		18	18,7	64,5	499
Полдник					
МОЛОКО	180	5	5,6	8,2	105
ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
Итого		5,6	6,3	23,7	176
Ужин					
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
РАГУ ОВОЩНОЕ	160	4	12,9	22,2	221
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,3		7,5	32
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		12	17,9	47	398
Всего		47,9	59,9	199	1533
стоимость- 164 руб.					