

Утверждаю

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

МЕНЮ
15 августа 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7,6	9	31,5	238
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	3,4	12	96
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	28	1,8	4,3	11,3	92
Итого		13,5	16,7	54,8	426
II Завтрак					
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого		0,4	0,4	9,8	47
Обед					
САЛАТ ИЗ СОЛЕНОГО ОГУРЦА	50	0,5	1	1,4	17
СУП БАВАРСКИЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	2,6	4,4	18,1	123
ПЛОВ ИЗ МЯСА	200	14,4	15,6	37	346
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,6		14	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,7	0,3	24,6	116
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
Итого		23,5	21,5	105,7	712
Полдник					
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		7	29
БАТОН	30	2,3	0,9	15	78
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,5	5,7		71
Итого		6,9	6,6	22	178
Ужин					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	70	1,2	3,5	7,2	66
СУХАРНИК	150	11,4	16,4	17,3	264
ЧАЙ С САХАРОМ	200			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого		14,6	20,2	44	418
Всего		58,9	65,4	236,3	1781
Стоимость – 165 руб					