

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

/Малкин Владимир Юрьевич/

МЕНЮ

15 декабря 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7,3	8,6	32,1	235
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	4,1	13,8	108
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116
Итого		13,5	17,7	61,3	459
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	107	0,5	0,1	10,8	46
Итого		0,5	0,1	10,8	46
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,4	2,5	3,7	40
СУП МОЗАИКА НА М/К СО СМЕТАНОЙ	180	2,8	3,9	17,2	116
КАПУСТА ТУШЕННАЯ С ГОВЯЖЬЕЙ ПЕЧЕНЬЮ	200	13,8	8,5	12,2	196
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,5		15	62
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	19,1	90
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,1	92
Итого		23,4	15,5	86,3	596
Полдник					
РЯЖЕНКА	200	5,6	4,9	8,1	105
ГРЕНКИ С СЫРОМ	50	4,5	3,3	24,8	148
Итого		10,1	8,2	32,9	253
Ужин					
ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	14,7	71
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ В МОЛОКЕ	200	4,5	6,2	25,4	177
ЧАЙ	200	0,3		9,3	38
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого		7,4	7,1	62,1	347
Всего		54,9	48,6	253,4	1701

. Цена: 180 РУБЛЕЙ