

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

/Малкин Владимир Юрьевич/

МЕНЮ

15 декабря 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ | 170 | 5,8 | 7,2 | 26,8 | 196 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 160 | 3,2 | 3,4 | 10,6 | 87 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 33 | 2,1 | 4,9 | 14,4 | 111 |
| Итого | | 11,1 | 15,5 | 51,8 | 394 |
| II Завтрак | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 106 | 0,5 | 0,1 | 10,5 | 46 |
| Итого | | 0,5 | 0,1 | 10,5 | 46 |
| Обед | | | | | |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК | 30 | 0,3 | 1,6 | 2,4 | 25 |
| СУП МОЗАИКА НА М/К СО СМЕТАНОЙ | 150 | 2,3 | 4,1 | 17 | 114 |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ ГОВЯЖЬЕЙ | 160 | 11,3 | 6,8 | 8,3 | 153 |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 150 | 0,5 | | 11,3 | 47 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 18 | 1,2 | 0,2 | 7,6 | 37 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 28 | 2,1 | 0,2 | 14,1 | 66 |
| Итого | | 17,7 | 12,9 | 60,7 | 442 |
| Полдник | | | | | |
| РЯЖЕНКА | 185 | 5,6 | 1,9 | 7,8 | 74 |
| ГРЕНКИ С СЫРОМ | 25 | 3,3 | 2,9 | 10 | 80 |
| Итого | | 8,9 | 4,8 | 17,8 | 154 |
| Ужин | | | | | |
| ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ В МОЛОКЕ | 180 | 4,5 | 5,7 | 26 | 174 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 | | 7 | 28 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 18 | 1,2 | 0,2 | 7,6 | 37 |
| Итого | | 6,2 | 6,3 | 50,4 | 286 |
| Всего | | 44,4 | 39,6 | 191,2 | 1322 |

Цена: 175 рублей