

Утверждаю

директор  
ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка  
\_\_\_\_\_/Малкин Владимир Юрьевич/

**МЕНЮ**  
**16 января 2026 г.**  
**Ясли 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	170	7,7	8,8	26,5	217
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	11		62,2	293
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		20,2	13,5	99	600
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	103	0,5	0,1	10,2	44
Итого		0,5	0,1	10,2	44
Обед					
САЛАТ СВЕЖЕГО ОГУРЦА	30	0,3	1,9	1,4	25
СУП ПО ПОЛЬСКИ НА М/К БУЛЬОНЕ	160	4,6	4,6	14,4	118
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	120	1,6	3,9	9,9	82
ГУЛЯШ КУРИНЫЙ	60	5,7	6,5	4,1	98
КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ	150			6,8	27
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	19,1	90
Итого		15,1	17,1	55,7	440
Полдник					
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180			6,3	26
ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
Итого		0,6	0,7	21,8	97
Ужин					
ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
ВАТРУШКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	130	17,4	14,7	27,1	312
ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	180	2,9	2,8	9,5	75
Итого		20,8	18	49,3	448
Всего		57,2	49,4	236	1629

Цена: 175 рублей