

Утверждаю

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

МЕНЮ
16 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА"МОЛОЧНАЯ	180	5,2	7,3	21,4	173
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	3,3	2,7	10,9	81
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116
Итого		10,8	15	47,7	370
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	102	0,5	0,1	10,3	44
Итого		0,5	0,1	10,3	44
Обед					
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	30	0,3	1,3	0,8	17
БОРЩ С КАПУСТОЙ,КАРТОФЕЛЕМНАМ/К СО СМЕТАНОЙ	160	2,8	2,2	16,5	99
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3,6	3,9	16,5	115
ПОДЛИВА МЯСНАЯ	60	5,4	6,3	4,4	97
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,5		11,3	47
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
Итого		16,6	14,1	75,6	499
Полдник					
РЯЖЕНКА	180	5,4	1,8	7,6	72
БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48
Итого		7	2	17,4	120
Ужин					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	2,4	3,2	40
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	8,1	9,9	1,5	127
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	9,8	51
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		12,2	12,9	31,5	300
Всего		47,1	44,1	182,5	1333

Цена: 158 рублей