

Утверждаю

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

МЕНЮ
17 ноября 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША 3 ЗЛАКА МОЛОЧНАЯ	190	8,1	9,1	31,7	240
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	3,2	12,6	95
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,6	5,1	18	129
Итого		14,6	17,4	62,3	464
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	104	0,5	0,1	10,5	45
Итого		0,5	0,1	10,5	45
Обед					
САЛАТ ЛУКОВЫЙ	50	0,6	2	3,7	36
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА М/К.БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	3,3	5,9	20,1	149
СУФЛЕ ИЗ КУР	150	17,5	20	2,6	260
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,9	96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,1	0,2	13,5	64
Итого		26,6	28,5	68,5	640
Полдник					
РЯЖЕНКА	200	5,8	5	8,4	108
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209
Итого		9,6	9,9	45,6	317
Ужин					
МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ В СМЕТАНЕ	70	1,1	2	6,1	47
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	21,7	15,4	24,9	328
МОЛОКО	200	5,8	6,2	9,1	116
БАТОН	50	4	0,5	24,6	119
Итого		32,6	24,1	64,7	610
Всего		83,9	80	251,6	2076

Цена: 175 Рублей