

Утверждаю

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

МЕНЮ
17 декабря 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 ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	45	0,2	2,5	3,7	40
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		26,2	29	68,5	644
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					
ЯБЛОКО	120	0,4	0,4	9,5	46
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	21,7	15,4	24,9	328
МОЛОКО	200	5,8	6,2	9,1	116
Итого		27,9	22	43,5	490
Всего		78,8	78,4	230,4	1960

Цена: 180 рублей