

Утверждаю

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

МЕНЮ
18 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7,3	8,6	32,1	235
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4	4,3	12,8	107
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,9	4,8	12,9	103
Итого		13,2	17,7	57,8	445
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	125	0,5	0,5	12,3	59
Итого		0,5	0,5	12,3	59
Обед					
САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	50	0,5	2,6	2,1	34
СУП МОЗАИКА НА М/К СО СМЕТАНОЙ	200/11	7,7	7,1	18,5	170
ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ С ГОВЯЖЬЕЙ ПЕЧЕНЬЮ	200	13,4	8,7	23,9	242
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,6		13,4	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	19,1	90
Итого		25,1	18,6	77	593
Полдник					
МОЛОКО	200	5,8	6,4	9,4	120
ПРЯНИКИ	50	3	2,4	37,5	183
Итого		8,8	8,8	46,9	303
Ужин					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	185	15,9	8,9	1,1	148
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	50	0,8	1,9	4	37
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200			8,9	36
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118
Итого		20,5	11,1	39,1	339
Всего		68,1	56,7	233,1	1739