

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**18 июня 2025 г.**

**Сад 12 часов**

| Наименование блюда                          | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|---------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                             |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                     |       |                   |         |             |                                     |
| КАША 3 ЗЛАКА МОЛОЧНАЯ                       | 190   | 8,1               | 9,4     | 31,9        | 244                                 |
| КАКАО С МОЛОКОМ                             | 180   | 4,1               | 3,4     | 12          | 96                                  |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                          | 40    | 2,6               | 5,1     | 18          | 129                                 |
| Итого                                       |       | 14,8              | 17,9    | 61,9        | 469                                 |
| II Завтрак                                  |       |                   |         |             |                                     |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                | 100   | 0,5               | 0,1     | 9,9         | 43                                  |
| Итого                                       |       | 0,5               | 0,1     | 9,9         | 43                                  |
| Обед                                        |       |                   |         |             |                                     |
| САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ                        | 50    | 0,4               | 2,4     | 1,9         | 31                                  |
| СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА М/К.БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 200   | 5,2               | 7,8     | 22,5        | 183                                 |
| СУФЛЕ ИЗ КУР (ПАРОВОЕ)                      | 150   | 16,4              | 19,9    | 7,4         | 274                                 |
| СОУС ТОМАТНО ОВОЩНОЙ                        | 50    | 0,7               | 1,9     | 3,4         | 34                                  |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                 | 180   |                   |         | 8,7         | 35                                  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 47    | 3,1               | 0,4     | 19,9        | 96                                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 39    | 3                 | 0,2     | 19,6        | 92                                  |
| Итого                                       |       | 28,8              | 32,6    | 83,4        | 745                                 |
| Полдник                                     |       |                   |         |             |                                     |
| РЯЖЕНКА                                     | 200   | 6                 | 2       | 8,4         | 80                                  |
| ПРЯНИК                                      | 50    | 3                 | 2,4     | 37,5        | 183                                 |
| Итого                                       |       | 9                 | 4,4     | 45,9        | 263                                 |
| Ужин                                        |       |                   |         |             |                                     |
| МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ                 | 90    | 1,4               | 2,9     | 7,7         | 64                                  |
| СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА                          | 150   | 22,1              | 15,8    | 25,5        | 336                                 |
| СОУС СМЕТАННЫЙ №371                         | 70    | 1                 | 2,8     | 4,5         | 48                                  |
| ОТВАР ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ ЯГОДЫ              | 200   | 0,2               | 0,1     | 8,8         | 37                                  |
| Итого                                       |       | 24,7              | 21,6    | 46,5        | 485                                 |
| Всего                                       |       | 77,8              | 76,6    | 247,6       | 2005                                |

Цена:168 рублей