

Утверждаю

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

МЕНЮ
18 июля 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	170	4,7	7	22,8	174
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	9,6	70
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	22/5	1,3	4,6	8,6	81
Итого		8,8	13,8	41	325
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	104	0,5	0,1	10,3	45
Итого		0,5	0,1	10,3	45
Обед					
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	30	0,6	1,2	4,9	33
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/9	2,4	3,4	15	101
АЗУ ПО - ТАТАРСКИ С МЯСОМ	160	10	10,5	19	212
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,2	0,1	9	37
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,2	14,6	69
Итого		17,4	15,7	75,2	513
Полдник					
КИСЕЛЬ	180			9,7	39
ГРЕНКИ С СЫРОМ	32	4	3,3	9,5	85
Итого		4	3,3	19,2	124
Ужин					
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
СУП РЫБНЫЙ "УХА"	170	6,4	2,3	17,4	116
ЛИМОННЫЙ НАПИТОК	180			7	29
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
Итого		1,7	0,6	25,3	117
Всего		32,4	33,5	171	1124
Стоимость- 153 руб					