

Утверждаю

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

МЕНЮ
18 августа 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	9,4	31,9	244
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	3,2	12,6	95
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,6	5,1	18	129
Итого		14,6	17,7	62,5	468
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	106	0,5	0,1	10,5	46
Итого		0,5	0,1	10,5	46
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
ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	200	9,4	12	23,9	243
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		18,5	20,5	89,8	623
Полдник					
РЯЖЕНКА	200	6	2	8,4	80
ПЕЧЕНЬЕ	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
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО ЯГОДНОГО	200			15,4	62
Итого		24,5	21,5	53,1	510
Всего		67,1	64,2	261,8	1910

Цена: 175 рублей