

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 февраля 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	190	7,6	9,3	29,9	234
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,1	12,8	104
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,8	5,7	12,3	108
Итого		13,4	19,1	55	446
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	106	0,5	0,1	10,5	46
Итого		0,5	0,1	10,5	46
Обед					
САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ СВЕЖИХ	50	0,5	2,6	2,1	34
ЩИ ИЗ СВ КАПУСТЫ С ФАСОЛЬЮ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	9,6	8,1	21,8	201
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3,3	4,8	20,5	139
ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	70	21,8	7,4	4,9	199
КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ	180			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого		38,5	23,3	79,2	710
Полдник					
РЯЖЕНКА	200	6	2	8,4	80
БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131
Итого		9,8	3,5	34,1	211
Ужин					
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		7	29
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
СУП РЫБНЫЙ "УХА"	200	6,1	4,1	12,9	114
Итого		9,5	4,5	41,1	245
Всего		71,7	50,5	219,9	1658

Цена: 167 рублей