

Утверждаю

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

МЕНЮ
19 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	190	5,1	7,4	22,3	177
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	3,2	12,9	96
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2,2	5	14,2	111
Итого		11,2	15,6	49,4	384
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	107	0,5	0,1	10,6	46
Итого		0,5	0,1	10,6	46
Обед					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0,3	0,2	2,2	12
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА М /К БУЛЬОНЕ	200	3	2,9	21,1	123
СУФЛЕ ИЗ КУР	130	17,2	19,2	11,9	290
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	70	0,8	2,8	3,9	45
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВС АСКОР К-ТОЙ	180			8,7	35
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	98
Итого		26,5	25,8	80,8	664
Полдник					
РЯЖЕНКА	200	6	2	8,4	80
ГРЕНКИ С СЫРОМ	50	4	3,3	9,5	85
Итого		10	5,3	17,9	165
Ужин					
ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,8	56
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	180	22	18,2	24,9	356
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,7	2	3,2	34
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		7	29
Итого		23,3	20,7	46,9	475
Всего		71,5	67,5	205,6	1734