

Утверждаю

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

## МЕНЮ

19 марта 2025 г.

### Ясли 12 часов

| Наименование блюда                               | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|  |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| <b>Завтрак</b>                                   |       |                   |         |             |                               |
| СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ                             | 170   | 4,6               | 6,5     | 19,5        | 155                           |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ                       | 160   | 3,3               | 2,7     | 10,9        | 81                            |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                               | 25    | 1,5               | 4,7     | 10,3        | 90                            |
| Итого  |       | 9,4               | 13,9    | 40,7        | 326                           |
| <b>II Завтрак</b>                                |       |                   |         |             |                               |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                     | 107   | 0,5               | 0,1     | 10,6        | 46                            |
| Итого  |       | 0,5               | 0,1     | 10,6        | 46                            |
| <b>Обед</b>                                      |       |                   |         |             |                               |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ                                  | 30    | 0,2               | 0,1     | 1,4         | 7                             |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА К БУЛЬОНЕ | 160   | 2,3               | 2,3     | 16,9        | 98                            |
| СУФЛЕ ИЗ КУР                                     | 100   | 14,1              | 16      | 2,1         | 209                           |
| СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ                         | 60    | 0,7               | 2       | 2,8         | 31                            |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С АСКОР К-ТОЙ        | 150   |                   |         | 6,8         | 27                            |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 20    | 1,3               | 0,2     | 8,5         | 41                            |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 38    | 2,5               | 0,3     | 16,1        | 78                            |
| Итого  |       | 21,1              | 20,9    | 54,6        | 491                           |
| <b>Полдник</b>                                   |       |                   |         |             |                               |
| РЯЖЕНКА  | 180   | 5,4               | 1,8     | 7,6         | 72                            |
| ГРЕНКИ С СЫРОМ                                   | 30    | 3,5               | 3,2     | 10          | 83                            |
| Итого  |       | 8,9               | 5       | 17,6        | 155                           |
| <b>Ужин</b>                                      |       |                   |         |             |                               |
| ЯБЛОКО   | 130   | 0,5               | 0,5     | 12,7        | 61                            |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ                     | 160   | 16,1              | 13      | 17,1        | 252                           |
| СОУС СМЕТАННЫЙ №371                              | 50    | 0,7               | 2       | 3,2         | 34                            |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                                 | 190   |                   |         | 6,6         | 27                            |
| Итого  |       | 17,3              | 15,5    | 39,6        | 374                           |
| Всего  |       | 57,2              | 55,4    | 163,1       | 1392                          |

Цена: 157 рублей