

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**19 июня 2025 г.**

**Сад 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7,6	9	31,5	238
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	3,2	12,6	95
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	28	1,8	4,3	11,3	92
Итого		13,3	16,5	55,4	425
<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>					
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА	50	0,2	2,4	1,1	27
СУП БАВАРСКИЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	2,6	4,4	18,1	123
ПЛОВ ИЗ МЯСА	200	14,4	15,6	37	346
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,6		14	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,7	0,3	24,6	116
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
Итого		23,2	22,9	105,4	722
<b>Полдник</b>					
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		7	29
БАТОН	30	2,3	0,9	15	78
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,5	5,7		71
Итого		6,9	6,6	22	178
<b>Ужин</b>					
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ ПО ПОЛЬСКИ	200	19,5	9,1	5	179
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,7	3,2	3,8	47
ЧАЙ С САХАРОМ	200			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,7	90
Итого		23,1	12,7	34,3	343
Всего		67	58,8	227,7	1714

Цена: 168 рублей