

Утверждаю

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

МЕНЮ
19 августа 2025 г.
Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	90	5,1	5,4	18,4	144
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1	4,5	3,9	60
ЧАЙ С МОЛОКОМ	190	2,6	2,8	12,8	87
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,9	4,8	12,9	103
Итого		15,7	22,1	48,3	457
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	104	0,5	0,1	10,5	45
Итого		0,5	0,1	10,5	45
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,4	2,4	1,9	31
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА /К СО СМЕТАНОЙ	180	3,9	6,2	21,2	157
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	200	11,4	13,1	10,3	206
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,2	0,1	15,1	62
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	52	4	0,3	26,1	123
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		22,5	22,5	91,6	661
Полдник					
КИСЕЛЬ ФРУКТОВЫЙ	210			17,1	69
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209
Итого		3,8	4,9	54,3	278
Ужин					
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЗАПЕЧЕНАЯ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	225	14,7	6,2	7,1	145
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		7	29
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,6	0,5	23,3	112
Итого		18,4	6,7	37,4	286
Всего		60,9	56,3	242,1	1727

Цена: 176 рублей