

Утверждаю

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

МЕНЮ
19 августа 2025 г.
Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	90	4,7	4,6	18,4	135
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	67	8,4	7,6	0,5	104
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	32	0,6	2,8	2,5	38
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,6	2,8	9	72
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		17,8	22,5	40,7	439
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	104	0,5	0,1	10,5	45
Итого		0,5	0,1	10,5	45
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,3	1,9	1,4	25
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	150	3,6	5,5	20,6	147
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	170	10	11,2	8,5	177
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2		12,6	52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,2	0,3	21,1	100
Итого		17,3	18,9	64,2	501
Полдник					
КИСЕЛЬ ФРУКТОВЫЙ	180			15,8	63
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
Итого		1,5	2	30,7	146
Ужин					
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЗАПЕЧЕНАЯ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	200	13,1	6,1	7,1	137
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180			6,3	26
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
Итого		14,4	6,3	21,9	204
Всего		51,5	49,8	168	1335

Цена: 167 рублей