

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

\_\_\_\_\_/Малкин Владимир Юрьевич/

# МЕНЮ

20 июня 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	90	4,7	4,6	18,4	135
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	66	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
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	105	0,5	0,1	10,6	45
Итого		0,5	0,1	10,6	45
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕЖ ОГУРЦОВ	30	0,3	1,9	1,4	25
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	160	6,4	8,2	22,1	187
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		20,1	21,6	65,7	541
<b>Полдник</b>					
КИСЕЛЬ ФРУКТОВЫЙ	180			15,8	63
БАТОН	20	1,5	0,6	10	52
Итого		1,5	0,6	25,8	115
<b>Ужин</b>					
БАНАН	158	2,4	0,8	33,2	152
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	19,6	15	8,9	252
ОТВАР ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ ЯГОДЫ	180	0,1	0,1	7,7	33
Итого		22,1	15,9	49,8	437
Всего		62	60,7	192,6	1577
Стоимость 162 руб					