

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

/Малкин Владимир Юрьевич/

МЕНЮ

21 августа 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	190	6,5	7,5	27,9	204
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	3,2	12,9	96
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2	4,4	13,5	102
Итого		12,4	15,1	54,3	402
II Завтрак					
БАНАН	128	1,8	0,6	26,1	119
Итого		1,8	0,6	26,1	119
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	50	0,5	2,6	2,1	34
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	180	6,7	6,6	23,2	181
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	10,5	4,2	21,9	168
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	18,6	6,2	4,4	170
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,1	33
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		40,9	20,3	89,4	729
Полдник					
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		7	29
ПРЯНИКИ	50	3	2,4	37,5	183
Итого		3,1	2,4	44,5	212
Ужин					
ЯБЛОКО	140	0,6	0,6	13,7	66
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАРТОШКОЙ	150	11,2	13	68,5	435
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	4,9	4,2	23,3	150
Итого		16,7	17,8	105,5	651
Всего		74,9	56,2	319,8	2113

Цена: 175 рублей