

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

/Малкин Владимир Юрьевич/

## МЕНЮ

21 августа 2025 г.

### Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	170	5,8	7,9	25,3	197
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3,3	2,7	10,9	81
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2	4,4	13,5	102
Итого		11,1	15	49,7	380
<b>II Завтрак</b>					
БАНАН	120	1,7	0,6	24,4	112
Итого		1,7	0,6	24,4	112
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	30	0,3	1,7	1,4	23
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	150	5,2	5,4	18,7	144
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	110	8,9	3,5	18,5	142
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	15,9	5,2	3,7	146
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		34,9	16,5	78,8	625
<b>Полдник</b>					
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180			6,3	26
ПРЯНИКИ	40	2,4	1,9	30	146
Итого		2,4	1,9	36,3	172
<b>Ужин</b>					
ЯБЛОКО	135	0,5	0,5	13,2	64
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАРТОШКОЙ	130	9,3	11,3	56,4	364
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180	4,4	4,7	18,5	134
Итого		14,2	16,5	88,1	562
Всего		64,3	50,5	277,3	1851

Цена: 167 рублей