

Утверждаю

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

МЕНЮ
21 ноября 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ"ШОКОЛАДКА"	190	6,4	7,5	27,4	202
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	4,1	12,8	104
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2,3	5,9	15,4	124
Итого		12,6	17,5	55,6	430
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	108	0,5	0,1	10,9	46
Итого		0,5	0,1	10,9	46
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,4	2,4	1,9	31
СУП МОСКОВСКИЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	180	3,3	4,2	20,9	136
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ	200	13,8	19,2	20,3	310
КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ	180			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78
-ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95
Итого		23,1	26,3	88	685
Полдник					
МОЛОКО	200	6,1	6,5	9,6	122
ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106
Итого		6,9	7,5	32,8	228
Ужин					
БАНАН	143	2,1	0,7	29,3	134
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТАС КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	150	11	11,1	47,1	332
ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	200	2,9	2,8	12,4	87
Итого		16	14,6	88,8	553
Всего		59,1	66	276,1	1942

Цена: 175 рублей