

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

/Малкин Владимир Юрьевич/

## МЕНЮ

21 ноября 2025 г.

### Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША МАННАЯ "ШОКОЛАДКА"	170	5,4	7,1	21,2	171
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	3,3	2,7	10,9	81
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	26	1,6	4,7	10,8	92
Итого		10,3	14,5	42,9	344
<b>II Завтрак</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ	108	0,5	0,1	10,9	46
Итого		0,5	0,1	10,9	46
<b>Обед</b>					
САЛАТИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,3	1,9	1,4	25
СУП МОСКОВСКИЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	150	2,7	3,6	16,5	109
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ	170	10,9	15	17,9	252
КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ	150			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71
Итого		18,2	21	70,4	545
<b>Полдник</b>					
МОЛОКО	180	5,4	5,8	8,4	108
ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
Итого		6	6,5	23,9	179
<b>Ужин</b>					
БАНАН	138	2,1	0,7	29	133
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	130	9,6	9,6	40,5	287
ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	180	2,9	2,8	9,5	75
Итого		14,6	13,1	79	495
Всего		49,6	55,2	227,1	1609

Цена: 170 рублей