

Утверждаю

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

МЕНЮ

22 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	120	17	13,3	11	236
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	60	0,8	2,4	3,8	41
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	3,3	2,7	10,9	81
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,9	4,8	12,9	103
Итого		23	23,2	38,6	461
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	106	0,5	0,1	10,5	46
Итого		0,5	0,1	10,5	46
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,3	1,7	1,3	22
СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	160/9	2,5	2,5	20,2	115
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,3	3,3	21,2	128
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	60	7,4	7,2	3,6	109
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150			6,8	27
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,5	80
Итого		18,1	15,3	82,3	542
Полдник					
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180			6,3	26
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
Итого		1,5	2	21,2	109
Ужин					
БАНАН	150	2,1	0,7	30,6	140
КРУАССАН С СЫРОМ	130	8,6	11,2	39,1	293
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180	4,5	4,9	19,8	143
Итого		15,2	16,8	89,5	576
Всего		58,3	57,4	242,1	1734

Цена: 157 рублей