

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

/Малкин Владимир Юрьевич/

МЕНЮ

22 августа 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	170	6,8	9,1	25,2	210
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3	2,6	9,7	75
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		11,3	16,4	45,2	375
II Завтрак					
БАНАН	125	1,9	0,6	26,3	120
Итого		1,9	0,6	26,3	120
Обед					
САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	30	0,3	1,9	1,4	25
ЩИ ИЗ СВ. КАПУСТЫ С ФАСОЛЬЮ НА М/КСО СМЕТАНОЙ	160	3,5	3,3	13,1	96
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	120	2,7	4,4	16,4	116
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	60	6,7	6,9	4,9	110
КОМПОТ ИЗ СВ. ЯБЛОК	150	0,1	0,1	7,1	29
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,1	0,2	14,1	66
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
Итого		16,7	17	65,5	483
Полдник					
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,3		7,3	30
БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2,7	3,4		42
Итого		4,6	3,6	17,1	120
Ужин					
ЯБЛОКО	135	0,5	0,5	13,2	64
ОМЛЕТ	130	8,1	10,1	1,4	128
МОЛОКО	180	5	5,6	8,2	105
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
Итого		15,3	16,4	33,4	348
Всего		49,8	54	187,5	1446

Цена: 167 рублей