

Утверждаю

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

МЕНЮ
23 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РИСОВА МОЛОЧНАЯ	190	5,8	8,4	29,1	216
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	10,6	74
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,2	5,6	15	120
Итого		10,8	16,2	54,7	410
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	108	0,5	0,1	10,7	46
Итого		0,5	0,1	10,7	46
Обед					
САЛАТ ИЗ "СВЕКОЛКА"	50	0,9	1,9	7,8	53
ЩИ ИЗ СВ. КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/11	3,2	2,8	21	123
АЗУ ПО ТАТАРСКИ С МЯСОМ	200	11,1	11,9	23,8	247
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЧЕРНОСЛИВА	180	0,2	0,1	12,4	52
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83
Итого		19,8	17,1	93,2	609
Полдник					
РЯЖЕНКА	195	5,9	2	8,2	78
ПРЯНИКИ	50	3	2,4	37,5	183
Итого		8,9	4,4	45,7	261
Ужин					
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	215	23,9	6,7	8,3	192
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		7	29
ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,7	0,2	17,6	83
Итого		26,7	6,9	32,9	304
Всего		66,7	44,7	237,2	1630

Цена: 168 рублей