

Утверждаю

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

МЕНЮ
23 июня 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	190	8,6	10	29,6	243
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	4,1	12,8	104
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116
Итого		14,8	19,1	57,8	463
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43
Итого		0,5	0,1	9,9	43
Обед					
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	50	1,2	1,7	2,5	30
СУП ПО ПОЛЬСКИ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	5	6,7	18	154
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	130	2,3	4,7	13,9	108
ТЕФТЕЛЯ КУРИНАЯ	70	12,8	12,7	10	205
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	10,3	42
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,3	0,2	15,6	74
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого		27	26,5	91,5	715
Полдник					
КЕФИР	200	5,9	5,1	8,1	108
БАТОН	50	4	0,5	24,6	119
Итого		9,9	5,6	32,7	227
Ужин					
ЯБЛОКО	140	0,6	0,6	13,7	66
ВАТРУШКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	130	21,9	17,2	28	358
ОТВАР ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	10,2	46
Итого		22,7	17,9	51,9	470
Всего		74,9	69,2	243,8	1918
Стоимость 159 руб					