

Утверждаю

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

МЕНЮ
23 июля 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА"МОЛОЧНАЯ	180	5,2	7,3	21,4	173
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	3,3	2,7	10,8	81
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116
Итого		10,8	15	47,6	370
II Завтрак					
БАНАН	150	2,3	0,8	31,5	144
Итого		2,3	0,8	31,5	144
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,3	1,7	1,3	22
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	150	5,4	5,6	16,2	137
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3,6	3,9	16,5	115
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	60	5,6	6,3	5,2	101
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,5		11,3	47
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83
Итого		18,1	17,7	68,1	505
Полдник					
РЯЖЕНКА	180	5,2	4,5	7,6	97
СУХАРИК	20	2,4	0,3	14,7	71
Итого		7,6	4,8	22,3	168
Ужин					
ЯБЛОКО	135	0,5	0,5	13,2	64
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	170	15	7,8	1,1	135
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,8	1,9	4	37
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	9,8	51
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
Итого		18,5	10,6	38,7	338
Всего		57,3	48,9	208,2	1525
Стоимость- 155 руб					