

Утверждаю

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

МЕНЮ
23 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ С СЫРОМ	90	3,4	4,5	23,9	149
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ /ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60/50	4,1	3,4	12	96
ЧАЙ С МОЛОКОМ	190	1,9	4,8	12,9	103
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ35		9,4	12,7	48,8	348
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,5	13,2	64
Итого		0,5	0,5	13,2	64
Обед					
САЛАТ ЛУКОВЫЙ.	50	0,6	3	2,1	39
СУП С КЛЕЦКАМИ НА М/К Б-НЕ СО СМЕТАНОЙ	200	7,2	9,8	13,4	172
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	200	10,6	12,1	10	193
				8,7	35
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	1,9	0,3	12,3	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	2,6	0,4	17	82
ХЛЕБ РЖАНОЙ40		22,9	25,6	63,5	580
Полдник					
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВО ЯГОДНОГО КОНЦЕНТРАТА	200	0,3		0,6	4
БАТОН	25	1,4	1,7	38,7	177
Итого		1,7	1,7	39,3	181
Ужин					
ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
СУП МОЛОЧНЫЙ КУЛЕШ С ПШЕНОМ	190	5,3	4	32,3	184
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,2	0,1	10,2	46
ХЛЕБ РЖАНОЙ30		6	4,6	55,2	291
Всего		40,5	45,1	220	1793,2

Цена: 175 рублей