

Утверждаю

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

МЕНЮ

24 июня 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	170	6,3	8,6	19,7	182
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,1	3,3	9,6	81
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	28	1,5	4,7	10	89
Итого		10,9	16,6	39,3	352
II Завтрак					
КЕФИР	116	3,5	0,1	4,6	36
СОК ФРУКТОВЫЙ	101	0,5	0,1	9,9	42
Итого		4	0,2	14,5	78
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	30	0,6	1,5	2,4	25
СУП ХАРЧО НА М/К СО СМЕТАНОЙ	160	4,7	5,1	17,9	137
ЛАПШЕВНИК С МЯСОМ	130	13	14,5	21,3	268
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	30	0,4		2,9	14
КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ	150			4,9	19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
Итого		22,3	21,5	73	575
Полдник					
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180			6,3	26
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого		2,3	2,9	28,6	151
Ужин					
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
РАГУ ОВОЩНОЕ	160	4	12,9	22,2	221
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,3		7,3	30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59
Итого		11,3	17,7	42,3	373
Всего		50,8	58,9	197,7	1529
Стоимость 155 руб					