

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

/Малкин Владимир Юрьевич/

## МЕНЮ

24 декабря 2025 г.

### Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7	7,5	27,5	206
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	3,4	13	99
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116
Итого		13,4	15,9	55,9	421
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	107	0,5	0,1	10,6	46
Итого		0,5	0,1	10,6	46
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ	50	5,6	5,5	33,6	207
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	180	1,9	3,5	14,5	98
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСО КУР	200	11,4	13,7	12,9	223
КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ	180			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,5	80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого		23,5	23,3	98,9	704
<b>Полдник</b>					
РЯЖЕНКА	200	5,6	4,9	8,1	105
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209
Итого		9,4	9,8	45,3	314
<b>Ужин</b>					
БАНАН	150	2,2	0,7	31,5	144
ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА С ИЗЮМОМ	150	21,3	13,5	20,9	295
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200			8,9	36
Итого		23,5	14,2	61,3	475
Всего		70,3	63,3	272	1960

. Цена: 180 рублей