

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

_____/Малкин Владимир Юрьевич/

МЕНЮ

25 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7,3	8,6	32,1	235
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4	4,3	12,8	107
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,9	4,8	12,9	103
Итого		13,2	17,7	57,8	445
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	103	0,5	0,1	10,2	44
Итого		0,5	0,1	10,2	44
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,4	2,5	3,7	41
СУП МОЗАИКА НА М/К СО СМЕТАНОЙ	200/11	3,3	2,8	20,5	121
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200	12,2	13,8	12,2	224
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,6		13,4	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	19,1	90
Итого		19,4	19,3	68,9	533
Полдник					
РЯЖЕНКА	200	6	2	8,4	80
ГРЕНКИ С СЫРОМ	50	6,1	5,5	12,3	124
Итого		12,1	7,5	20,7	204
Ужин					
РЫБНАЯ ЗАПЕКАНКА	200	19,1	13,8	11,5	247
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200			8,9	36
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118
Итого		22,9	14,1	45,5	401
Всего		68,1	58,7	203,1	1627

Цена: 168 рублей