

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

/Малкин Владимир Юрьевич/

МЕНЮ

25 сентября 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	190	3,4	4,5	23,9	149
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	3,4	12	96
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,9	4,8	12,9	103
Итого		9,4	12,7	48,8	348
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	105	0,5	0,1	10,6	45
Итого		0,5	0,1	10,6	45
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ПОМИДОРА	50	0,6	3	2,1	39
СУП КУДРЯВЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	7,3	9,8	13,4	172
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200	10,6	12,1	10	193
КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ	180			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,9	0,3	12,3	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		23	25,6	63,5	580
Полдник					
ЧАЙ	200	0,3		0,6	4
ПРЯНИКИ	50	3	2,4	37,5	183
Итого		3,3	2,4	38,1	187
Ужин					
ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
БИТОЧКИ МАННЫЕ	120	5,3	4	32,3	185
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	10,2	46
Итого		6	4,6	55,2	292
Всего		42,2	45,4	216,2	1452