

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

/Малкин Владимир Юрьевич/

## МЕНЮ

25 сентября 2025 г.

### Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	170	5,8	7,2	23,2	182
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,1	2,6	9,7	75
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		10,4	14,5	43,2	347
<b>II Завтрак</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ	105	0,5	0,1	10,6	45
Итого		0,5	0,1	10,6	45
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ ПОМИДОРЫ	30	0,4	1,8	1,4	24
СУП КУДРЯВЫЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	160	6,9	9,9	11,8	166
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	160	9,3	10,7	8,2	169
КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ	150			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,4	0,2	9,2	45
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого		20	22,9	50,1	492
<b>Полдник</b>					
ЧАЙ	180	0,3		0,5	3
ПРЯНИКИ	40	2,3	1,8	29,1	142
Итого		2,6	1,8	29,6	145
<b>Ужин</b>					
ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
БИТОЧКИ МАННЫЕ	100	4,3	5,7	24,6	166
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	9,1	41
Итого		5	6,3	46,4	268
Всего		38,5	45,6	179,9	1297