

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

/Малкин Владимир Юрьевич/

## МЕНЮ

25 ноября 2025 г.

### Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	190	8,6	10	29,6	243
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	4,1	12,8	104
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116
Итого		14,8	19,1	57,8	463
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	103	0,5	0,1	10,2	44
Итого		0,5	0,1	10,2	44
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕЖ. ОГУРЦА	50	0,4	2,4	1,9	31
СУП ПО ПОЛЬСКИ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	5	6,7	18	155
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	130	2,3	4,7	13,9	108
"ЕЖИКИ" КУРИНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	70	13,3	11,7	9,9	199
КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ	180			8,7	35
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3	0,3	20	94
Итого		24	25,8	72,4	622
<b>Полдник</b>					
ОТВАР ИЗ СВЕЖЕМОРЖ. ЯГОДЫ	200	0,2	0,1	8,8	37
ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
Итого		0,8	0,8	24,3	108
<b>Ужин</b>					
ЯБЛОКО	140	0,6	0,6	13,7	66
ВАТРУШКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	130	21,9	17,2	28	358
ОТВАР ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,1		8,4	35
Итого		22,6	17,8	50,1	459
Всего		62,7	63,6	214,8	1696

Цена: 180 рублей