

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	
Завтрак					
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
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	103	0,5	0,1	10,2	44
Итого		0,5	0,1	10,2	44
Обед					
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
Полдник					
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
Ужин					
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