

Утверждаю

директор
ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка
_____ /Малкин Владимир Юрьевич/

МЕНЮ
26 июня 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	170	6,8	9,1	25,2	210
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3,2	2,7	10,5	80
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		11,5	16,5	46	380
II Завтрак					
БАНАН	125	1,9	0,6	26,3	120
Итого		1,9	0,6	26,3	120
Обед					
САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	30	0,3	1,9	1,4	25
ЩИ ИЗ СВ. КАПУСТЫ С ФАСОЛЬЮ НА М/КСО СМЕТАНОЙ	160	3,5	3,3	13,1	96
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	120	2,7	4,4	16,4	116
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	60	6,7	6,9	4,9	110
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2		12,6	52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,1	0,2	14,1	66
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
Итого		16,8	16,9	71	506
Полдник					
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,3		7,3	30
БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2,7	3,4		42
Итого		4,6	3,6	17,1	120
Ужин					
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	200	12,8	6,5	4,7	130
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180			6,3	26
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
Итого		14,5	6,7	21,6	207
Всего		49,3	44,3	182	1333
Стоимость – 149 руб.					