

Утверждаю

директор  
ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка  
\_\_\_\_\_/Малкин Владимир Юрьевич/

**МЕНЮ**  
**26 августа 2025 г.**

**Сад 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	190	5,8	8,2	30,1	217
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,5	2,2	11	74
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,9	4,8	12,9	103
Итого		7,7	13	43	320
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	104	0,5	0,1	10,3	45
Итого		0,5	0,1	10,3	45
Обед					
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	50	0,9	1,9	7,7	53
ЩИ ИЗ СВ. КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180/11	3,1	4	19,3	127
АЗУ ПО ТАТАРСКИ С МЯСОМ	200	10,1	11	23,8	237
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,2	0,1	12,7	53
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83
Итого		18,7	17,4	91,7	604
Полдник					
БАНАН	210	3,2	1,1	44,1	202
Итого		3,2	1,1	44,1	202
Ужин					
ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	10,8	52
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ ПО ПОЛЬСКИ	200	19,5	9,1	5	179
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		7,7	32
ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2,2	0,3	14	67
Итого		2,7	0,7	32,5	151
Всего		32,8	32,3	221,6	1322

Цена: 175 рублей