

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

/Малкин Владимир Юрьевич/

МЕНЮ

26 сентября 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	90	4,7	4,6	18,4	135
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	67	8,4	7,6	0,5	104
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	32	0,6	2,8	2,5	38
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,6	2,8	9	72
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		17,8	22,5	40,7	439
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	104	0,5	0,1	10,5	45
Итого		0,5	0,1	10,5	45
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,3	1,9	1,4	25
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	150	3,5	5,5	20,6	146
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	170	10	11,2	8,5	177
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2		12,6	52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,2	0,3	21,1	100
Итого		17,2	18,9	64,2	500
Полдник					
КИСЕЛЬ ФРУКТОВЫЙ	180			15,8	63
БАТОН	20	1,5	0,6	10	52
Итого		1,5	0,6	25,8	115
Ужин					
БАНАН	100	1,5	0,5	21	96
СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ	180	5,4	7,8	18,6	166
МОЛОКО	180	5,2	5,6	8,2	105
Итого		12,1	13,9	47,8	367
Всего		49,1	56	189	1466