

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

/Малкин Владимир Юрьевич/

## МЕНЮ

27 ноября 2025 г.

### Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	170	6,1	7	24,4	186
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,1	3,3	9,6	81
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		10,7	15	44,3	357
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	101	0,5	0,1	10,2	43
Итого		0,5	0,1	10,2	43
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,3	1,9	1,4	25
СУП БАВАРСКИЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160	5,9	5,3	24,8	173
ПЛОВ С МЯСОМ КУРЫ	160	10,8	12,2	28,2	268
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,5		11,3	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого		20,8	19,9	86,9	615
<b>Полдник</b>					
РЯЖЕНКА	180	5,2	4,6	7,6	97
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого		7,5	7,5	29,9	222
<b>Ужин</b>					
ЯБЛОКИ	150	0,6	0,6	14,7	71
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПО ПОЛЬСКИ	160	16,1	7,9	2,3	145
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	20	0,5	1,3	2,7	24
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		7,2	30
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
Итого		18,6	10	35,4	311
Всего		58,1	52,5	206,7	1548

Цена: 170 рублей