

Утверждаю

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

МЕНЮ

28 июля 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША 3 ЗЛАКА МОЛОЧНАЯ	170	6,2	8,4	25,4	202
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,1	3,3	9,6	81
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	33	2,1	4,9	14,4	111
Итого		11,4	16,6	49,4	394
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	106	0,5	0,1	10,5	46
Итого		0,5	0,1	10,5	46
Обед					
САЛАТ ИЗ СВПОМИДОР	30	0,4	1,8	1,4	24
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА М /К .БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	2,7	3,8	15,2	107
ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	170	7,9	10,8	20,3	211
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,4	0,1	9,5	45
Итого		14,9	16,8	69,3	492
Полдник					
РЯЖЕНКА	185	5,6	1,9	7,8	74
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого		7,9	4,8	30,1	199
Ужин					
МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ	50	0,8	1,6	4,4	35
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	17,3	13,7	20,5	276
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,7	2	3,2	34
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО ЯГОДНОГО	190			11,1	44
Итого		18,8	17,3	39,2	389
Всего		53,5	55,6	198,5	1520

Меню: 156 рублей