

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

/Малкин Владимир Юрьевич/

МЕНЮ

28 ноября 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7,6	9,3	29,9	234
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,2	4,3	11,9	103
БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,2	0,1	38
Итого		13,4	18,4	52,2	427
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	105	0,5	0,1	10,3	44
Итого		0,5	0,1	10,3	44
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,5	1	1,4	17
СУП МОЗАЙКА НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	4,5	4	19,8	136
КАПУСТА ТУШЕННАЯ С МЯСОМ	200	3,3	4,8	20,5	139
		8,6	3	3,1	84
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,2	0,1	15,1	62
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,6	0,3	23,6	111
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
Итого		22,4	13,4	94,1	600
Полдник					
МОЛОКО	200	5,6	4,9	8,1	105
БАТОН	30	4	0,5	24,6	119
СЫР(ПОРЦИЯМИ)	20	9,6	5,4	32,7	224
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ В МОЛОКЕ	200	14,7	8,4	6,6	163
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		7	29
ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,8	0,2	11,4	55
Итого		16,6	8,6	25	247
Всего		62,5	45,9	214,3	1542

Цена: 175 рублей