

Утверждаю

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

МЕНЮ
29 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7,6	9	31,5	238
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	3,4	12	96
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	28	1,8	4,3	11,3	92
Итого		13,5	16,7	54,8	426
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	102	0,5	0,1	10,1	44
Итого		0,5	0,1	10,1	44
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СОЛЕНОГО ОГУРЦА	50	0,6	2,9	3,4	43
СУП БАВАРСКИЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	4,4	6	18,1	145
ПЛОВ ИЗ МЯСА	200	11,5	13,1	37	312
КОМПОТ ИЗ СВ. ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,2	0,1	12,8	53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,7	0,3	24,6	116
Итого		20,4	22,4	95,9	669
Полдник					
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		7	29
БАТОН	25	2	0,3	12,3	60
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,5	5,7		71
Итого		6,6	6	19,3	160
Ужин					
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	210	13,3	8,3	7,2	159
ЧАЙ С САХАРОМ	200			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,7	90
Итого		16,2	8,7	32,7	276
Всего		57,2	53,9	212,8	1575

Цена: 168 рублей