

Утверждаю

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

МЕНЮ
29 мая 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	170	7,7	8,8	26,5	217
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	11		62,2	293
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		20,2	13,5	99	600
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43
Итого		0,5	0,1	9,9	43
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,3	1,7	1,3	22
СУП ПО ПОЛЬСКИ НА М/К БУЛЬОНЕ	160	4,6	4,6	14,4	118
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	120	1,6	3,9	9,9	82
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	60	6,7	7,1	4,9	111
КОМПОТ ИЗСВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	8,1	33
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,6	0,1	10,5	50
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		17,5	17,9	66,1	498
Полдник					
МОЛОКО	180	5,2	5,6	8,2	105
ГРЕНКИ С СЫРОМ	29	3,4	2,5	9,8	77
Итого		8,6	8,1	18	182
Ужин					
ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
ВАТРУШКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	130	17,4	14,7	27,1	312
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	9,1	41
Итого		18,1	15,3	48,9	414
Всего		64,9	54,9	241,9	1737

Цена: 157 рублей