

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 июля 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	170	5,2	7,4	19,2	164
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	3,2	3,4	10,6	87
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,3	5	15,4	116
Итого		10,7	15,8	45,2	367
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	106	0,5	0,1	10,7	46
Итого		0,5	0,1	10,7	46
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖ. ПОМИДОРЫ	30	0,4	1,8	1,4	24
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	2,5	3,5	16,8	109
СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ	120	1,8	4,5	10,7	91
ЕЖИКИ КУРИНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60	11,1	9,5	10,4	172
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71
Итого		19,4	19,7	69,7	535
Полдник					
МОЛОКО	180	5,2	5,8	8,4	108
ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
Итого		5,8	6,5	23,9	179
Ужин					
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ	200	13,2	6,1	7,7	140
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180			6,3	26
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	7,9	40
Итого		14,5	6,3	21,9	206
Всего		50,9	48,4	171,4	1333

Цена: 157 рублей