

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

/Малкин Владимир Юрьевич/

МЕНЮ

29 сентября 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	170	4,5	6,4	14,3	134
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	3,2	2,7	10,7	80
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		9,2	13,8	35,3	304
II Завтрак					
ЯБЛОКИ	125	0,5	0,5	12,3	59
Итого		0,5	0,5	12,3	59
Обед					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	0,6	2,6	2,2	35
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМНА К БУЛЬОНЕ	150	2,1	2,1	13,8	83
СУФЛЕ ИЗ КУР	100	14,1	16	2,1	209
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	60	0,7	2	2,8	31
КОМПОТ ИЗ С/ ФРУКТОВ	150			6,8	27
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78
Итого		21,3	23,2	52,3	504
Полдник					
РЯЖЕНКА	180	5,4	4,7	7,8	100
ГРЕНКИ С СЫРОМ	20	3,5	4,8	10	98
Итого		8,9	9,5	17,8	198
Ужин					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	160	16,1	13	17,1	252
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,7	2	3,2	34
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО ЯГОДНОГО	190			9,1	36
Итого		16,8	15	29,4	322
Всего		56,7	62	147,1	1387