

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 ГОРОШКОМ НА 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 |