

Утверждаю

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

МЕНЮ
30 июня 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ	190	6,5	7,5	28,1	205
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	3,2	12,9	96
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,6	5,1	18	129
Итого		13	15,8	59	430
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	102	0,5	0,1	10,1	44
Итого		0,5	0,1	10,1	44
Обед					
САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	50	0,5	2,6	2,1	34
СУП БАВАРСКИЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	200	4,9	5,8	17,5	144
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	170	24,7	11,9	13	281
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,5	2,9	2,2	37
КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ	180			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,8	0,2	18,6	88
Итого		35,4	23,7	74,8	680
Полдник					
КЕФИР	200	6,1	5,3	8,4	111
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,7	4,7	36,6	204
Итого		9,8	10	45	315
Ужин					
ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	14,7	71
ХАЧАПУРИ	140	15,5	18,5	42,6	399
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	4,8	5,2	23,2	160
Итого		20,9	24,3	80,5	630
Всего		79,6	73,9	269,4	2099
Стоимость -171 руб					