

Утверждаю

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

МЕНЮ
4 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	170	6,1	8,4	22,3	191
ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	2,7	2,3	9,4	70
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,9	4,8	12,9	103
Итого		10,7	15,5	44,6	364
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	109	0,5	0,1	10,8	47
Итого		0,5	0,1	10,8	47
Обед					
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	30	0,6	1,2	5,1	34
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	160/9	2,7	3,6	15,9	107
АЗУ ПО ТАТАРСКИ С МЯСОМ	160	10,5	8,5	23,1	211
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,2	0,1	9	37
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
	30	2,3	0,2	15,1	71
Итого		17,6	13,8	76,7	501
Полдник					
МОЛОКО	180	5,2	5,8	8,5	108
ПРЯНИК	30	1,8	1,4	22,5	110
Итого		7	7,2	31	218
Ужин					
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	200	13,2	6,1	7,7	140
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180			6,3	26
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25				
Итого		13,2	6,1	14	166
Всего		49	42,7	177,1	1296

Цена: 157 рублей