

Утверждаю

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

МЕНЮ
12 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	190	5,8	6,7	21,6	171
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	3,4	12	96
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,9	4,8	12,9	103
Итого		11,8	14,9	46,5	370
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	129	0,6	0,1	12,8	56
Итого		0,6	0,1	12,8	56
Обед					
САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	50	0,5	2,6	2,1	34
СУП БАВАРСКИЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	200	4,3	6,1	13	126
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		34,8	24	70,3	662
Полдник					
РЯЖЕНКА	200	6	2	8,4	80
БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131
Итого		9,8	3,5	34,1	211
Ужин					
БАНАН	130	2	0,7	27,3	125
ХАЧАПУРИ	130	14,4	17	39,5	371
МОЛОКО	200	5,6	6,2	9,1	116
Итого		22	23,9	75,9	612
Всего		79	66,4	239,6	1911