

Утверждаю

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

МЕНЮ
16 мая 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	190	5,7	8,2	21,6	184
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	3,2	12,9	96
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2,6	5,8	18	135
Итого		12,2	17,2	52,5	415
II Завтрак					
БАНАН	150	2,3	0,8	31,5	144
Итого		2,3	0,8	31,5	144
Обед					
САЛАТ ИЗ СВ. КАПУСТЫ И ОГУРЦОВ	50	0,9	2,4	2,7	37
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА К/КУР БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/11	3,6	4,5	24,8	155
СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ	130	2,1	4,8	12,3	102
"ЕЖИКИ" КУРИНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	70	11,8	10,1	13,5	193
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,1	33
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,4	0,3	22,6	107
Итого		23,5	22,3	94,6	678
Полдник					
МОЛОКО	200	5,9	6,5	9,6	122
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177
Итого		7,3	8,2	48,3	299
Ужин					
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ ПО ПОЛЬСКИ	180	24	9,4	5	200
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	50	0,8	3,2	4,3	49
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		9,3	38
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
Итого		26,8	12,8	29,2	338
Всего		72,1	61,3	256,1	1874

Цена: 168 рублей