

Утверждаю

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

МЕНЮ
18 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	90	4,7	4,6	18,4	135
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	32	0,6	2,8	2,5	38
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,6	2,8	9	72
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		14,5	19,5	40,5	398
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	106	0,5	0,1	10,7	46
Итого		0,5	0,1	10,7	46
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,3	1,7	1,3	22
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	160	3,8	6	22,1	157
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ КУР	160	9,5	11,1	14,8	199
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2		11,6	48
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	19,1	90
Итого		16,7	19	68,9	516
Полдник					
КИСЕЛЬ ФРУКТОВЫЙ	180			15,8	63
БАТОН	25	2	0,3	12,3	60
Итого		2	0,3	28,1	123
Ужин					
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	200	13	6,1	6,3	134
ОТВАР ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ ЯГОДЫ	180	0,1	0,1	7,7	33
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		15,7	6,6	31	249
Всего		49,4	45,5	179,2	1332

Цена: 157 рублей