

Утверждаю

директор  
ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка  
\_\_\_\_\_ /Малкин Владимир Юрьевич/

**МЕНЮ**  
21 марта 2025 г.

**Сад 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША МАННАЯ"ШОКОЛАДКА"	190	6,4	7,5	27,4	202
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	4,1	12,8	104
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,9	4,8	12,9	103
Итого		12,2	16,4	53,1	409
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	115	0,6	0,1	11,4	49
Итого		0,6	0,1	11,4	49
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	50	0,5	2,6	1,4	32
СУП МОСКОВСКИЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	8,7	8,7	24,7	212
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	4	30,7	179
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	18,3	6,1	2,6	160
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ	180	0,1	0,1	7,9	33
ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,8	100
-ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,4	0,2	16,1	76
Итого		38,1	22,1	104,2	792
<b>Полдник</b>					
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО- ЯГОДНОГО	200			17,1	69
БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,2	2,9		35
Итого		3,8	3,1	26,9	152
<b>Ужин</b>					
БАНАН	140	2	0,7	28,7	131
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	130	9,7	9,6	40,5	288
ЧАЙ С САХАРОМ МОЛОКОМ	185	2,6	2,8	10,9	80
Итого		14,3	13,1	80,1	499
Всего		69	54,8	275,7	1901

Цена: 164 рубля