

Утверждаю

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

МЕНЮ
22 июля 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7,3	8,6	32,1	235
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,2	3,3	11,6	90
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116
Итого		12,8	16,9	59,1	441
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	107	0,5	0,1	10,8	46
Итого		0,5	0,1	10,8	46
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,4	2,5	3,7	40
СУП МОЗАИКА НА М/К СО СМЕТАНОЙ	180	2,8	3,9	17,2	116
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200	11	12,7	12,2	210
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,5		15	62
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	19,1	90
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,1	92
Итого		20,6	19,7	86,3	610
Полдник					
ЧАЙ	200	0,3		0,6	4
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177
Итого		1,7	1,7	39,3	181
Ужин					
БАНАН	150	2,3	0,8	31,5	144
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ В МОЛОКЕ	200	4,5	6,2	25,4	177
МОЛОКО	200	5,9	6,5	9,6	122
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого		14,7	13,8	79,2	504
Всего		50,3	52,2	274,7	1782
Стоимость- 162 руб.					