

Утверждаю

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

МЕНЮ

22 июля 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ | 170 | 5,8 | 8 | 23 | 189 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 160 | 3,1 | 2,6 | 9,7 | 75 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 25 | 1,5 | 4,7 | 10,3 | 90 |
| Итого | | 10,4 | 15,3 | 43 | 354 |
| 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 | 30 | 0,3 | 1,6 | 2,4 | 24 |
| СУП МОЗАИКА НА М/К СО СМЕТАНОЙ | 150 | 2,7 | 3,4 | 15,3 | 103 |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ | 160 | 9,6 | 10,9 | 8,3 | 172 |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 150 | 0,5 | | 11,3 | 47 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 28 | 2,1 | 0,2 | 14,1 | 66 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 37 | 2,4 | 0,3 | 15,7 | 76 |
| Итого | | 17,6 | 16,4 | 67,1 | 488 |
| Полдник | | | | | |
| ЧАЙ | 180 | 0,3 | | 0,5 | 3 |
| ВАФЛИ | 20 | 0,6 | 0,7 | 15,5 | 71 |
| Итого | | 0,9 | 0,7 | 16 | 74 |
| Ужин | | | | | |
| БАНАН | 150 | 2,3 | 0,8 | 31,5 | 144 |
| КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ В МОЛОКЕ | 180 | 4,1 | 5,3 | 22,9 | 156 |
| МОЛОКО | 180 | 5,2 | 5,8 | 8,4 | 108 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 41 |
| Итого | | 12,9 | 12,1 | 71,3 | 449 |
| Всего | | 42,3 | 44,6 | 208,2 | 1411 |
| Стоимость – 153 руб | | | | | |