

Утверждаю

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

МЕНЮ
24 июня 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7,2	9,6	22,6	206
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,3	11,9	103
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2	4,4	13,5	102
Итого		13,3	18,3	48	411
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	108	0,5	0,1	10,9	46
Итого		0,5	0,1	10,9	46
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,9	2,9	5,6	53
СУП ХАРЧО НА М/К СО СМЕТАНОЙ	180	6,8	7	22,6	181
ЛАПШЕВНИК С МЯСОМ	150	15	15,4	30,8	323
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	50	0,7	1,9	4,6	39
КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ	180			8,7	35
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,3	0,3	21,6	102
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
Итого		28,4	27,7	104,5	784
Полдник					
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		7	29
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209
Итого		3,9	4,9	44,2	238
Ужин					
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
РАГУ ОВОЩНОЕ	180	4,3	14,4	24,8	249
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		9,3	38
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71
Итого		12	19,2	49,5	421
Всего		58,1	70,2	257,1	1900
Стоимость 158 руб.					