

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

/Малкин Владимир Юрьевич/

## МЕНЮ

10 февраля 2025 г.

### Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7,5	7,5	29,7	217
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	3,4	13	99
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116
Итого		13,9	15,9	58,1	432
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	101	0,5	0,1	10	43
Итого		0,5	0,1	10	43
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ( КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,9	1,8	2,3	29
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	200	8,5	9,4	16	184
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	200	11,6	12,7	12,2	212
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,6		13,4	57
ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,4	0,5	22	106
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,2	0,4	20,3	98
Итого		28,2	24,8	86,2	686
<b>Полдник</b>					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,9	6,5	9,6	122
ГРЕНКИ С СЫРОМ	50	5,7	4,2	15,8	124
Итого		11,6	10,7	25,4	246
<b>Ужин</b>					
ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	14,7	71
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЧЕРНОСЛИВОМ	130	20,2	13,1	20,2	283
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,7	2	3,2	34
КИСЕЛЬ	180			15,4	62
Итого		21,5	15,7	53,5	450
Всего		75,7	67,2	233,2	1857

Цена: 163 рубля