Утверждаю

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

Подписан цифровой подписью: Малкин В.Ю.
DN: O="ГБОУ ООШ п.В.Подстепновка ", CN=Малкин В.Ю., E=v_podstep_sch_vlg@samara.edu.ru
Основание: Я являюсь автором этого документа
Расположение:
Дата: 2026.11.05 13:46:18+04'00'
Foxit PDF Reader Версия: 12.1.0

МЕНЮ

6 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	130	20,51	15,45	14,28	281,46
СЛАДКАЯ ПОДЛИВКА	30	0,06	0,01	7,07	27,55
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	4,15	4,36	13,25	109,90
БАТОН	35	2,80	0,35	17,19	83,30
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50
Итого		27,57	24,32	51,84	539,71
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	110	0,55	0,11	10,89	47,30
Итого		0,55	0,11	10,89	47,30
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,46	2,68	1,79	33,09
СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/9	3,39	8,59	24,35	189,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,82	4,01	30,81	178,74
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	70	7,82	8,19	3,16	118,20
КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,44	0,27	22,58	106,57
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98
Итого		23,24	24,18	112,60	762,41
Полдник					
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,05	0,01	8,86	36,49
ПЕЧЕНЬЕ	15	1,13	1,47	11,16	62,55
ЯБЛОКО	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого		1,78	2,08	34,72	169,54
Ужин					
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	130	1,94	4,40	18,67	123,46
КРУАССАН С СЫРОМ	130	9,38	12,00	40,95	309,62
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	190	4,30	4,71	26,05	164,96
Итого		15,62	21,11	85,67	598,04
Всего		68,76	71,80	295,72	2 117,00

Стоимость за день: 167р