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: 2026.10.19 13:48:12+04'00'
Foxit PDF Reader Версия: 12.1.0

МЕНЮ

20 октября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ	190	7,24	8,52	32,11	234,76
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,01	4,26	12,86	106,96
БАТОН	42	3,34	0,42	20,47	99,24
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50
Итого		14,64	17,35	65,49	478,46
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00
Итого		0,50	0,10	10,10	43,00
Обед					
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР	200	9,39	11,89	12,98	199,17
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,50	0,03	14,63	61,20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,90	0,40	25,33	120,51
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,91	0,16	12,55	59,20
СУП МОЗАИКА НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	7,10	10,03	22,56	209,31
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,44	2,55	3,88	40,92
Итого		23,24	25,06	91,93	690,31
Полдник					
КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	106,00
ГРЕНКИ С СЫРОМ	50	6,09	5,45	12,28	123,69
Итого		11,89	10,45	20,28	229,69
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ НА МОЛОКЕ	200	5,45	5,10	34,56	206,50
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	20	0,16	0,02	0,34	2,60
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,04	0,00	9,82	40,14
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99
Итого		7,31	5,34	55,32	300,23
Всего		57,58	58,30	243,12	1 741,69

Стоимость за день: 167 р.