


 Подписан цифровой подписью:
 Малкин В.Ю.
 DN: O="ГБОУ ООШ
 п.Б.Подстепновка", CN=Малкин В.Ю.
 , E=v_podstep_sch_vlg@
 samara.edu.ru
 Основание: Я являюсь автором этого
 документа
 Расположение:
 Дата: 2026.10.01 12:19:40+04'00'
 Foxit PDF Reader Версия: 12.1.0

МЕНЮ

10 день

Сад 12 часов

2026-10-01 12:19:40+04'00'

PDF Reader Версия: 12.1.0

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА	190	6,4	6,9	29,0	205,1
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,9	3,4	11,0	90,3
БАТОН	35	1,6	0,6	10	51,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0	4,1	0	37,4
Итого за прием пищи:	410	11,9	15,0	50,0	384,6
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	0,6	0,1	11,6	49,5
Итого за прием пищи:	115	0,6	0,1	11,6	49,5
Обед					
СЛАЙСЫ СВЕКОЛЬНЫЕ	50	0,8	0,1	4,5	21,4
СУП С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	6,7	10,9	20,3	200,6
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	170	21,2	8,3	7,2	211,7
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,6	2,9	2,8	39,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	2,7	0,2	17,6	82,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,6	0,4	17	81,6
Итого за прием пищи:	715	34,6	22,8	78,1	672,7
Полдник					
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	5,6	4,9	23,4	161,3
СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	50	3,1	0,8	19,0	94,6
Итого за прием пищи:	250	8,7	5,7	42,4	255,9
Ужин					
ЯБЛОКО	170	0,7	0,7	16,7	79,9
МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	100	1	2,1	7,5	54
ПИРОГ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОСЫПКОЙ	130	7,3	9,0	42,9	281,8
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0	7,3	29,7
Итого за прием пищи:	580	9,2	11,8	74,4	445,4
Всего за день:		65,0	55,4	256,5	1808,1

Цена: 185 рублей