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: 2026.09.24 14:52:18+04'00'
Foxit PDF Reader Версия: 12.1.0

МЕНЮ

5 день

Сад 12 часов

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	190	6,0	6,9	21,6	174,0
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,9	3,4	11,0	90,3
БАТОН	35	2,7	1,1	17,5	90,7
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0	4,1	0	37,4
Итого за прием пищи:	**410**	**12,6**	**15,5**	**50,1**	**392,4**
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					
САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	50	0,7	4,9	2,2	56,5
СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	7,1	10,3	23,7	219,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,6	4,7	27,8	172,0
ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	70	19,7	5,9	2,0	164,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,4	0,3	22,6	106,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого за прием пищи:	**715**	**38,8**	**26,5**	**108,2**	**856,3**
Полдник					
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180	4,8	4,2	22,1	145,5
ПЕЧЕНЬЕ	18	1,4	1,8	13,4	75,1
ЯБЛОКО	180	0,7	0,7	17,6	84,4
Итого за прием пищи:	**378**	**6,9**	**6,7**	**53,1**	**305,0**
Ужин					
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	130	1,3	4,0	6,2	66,7
ХАЧАПУРИ	130	11,2	13,5	40,1	328,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0	7,3	29,7
Итого за прием пищи:	**460**	**12,7**	**17,5**	**53,6**	**424,4**
Всего за день:		**71,6**	**66,3**	**276,6**	**2027,6**

Цена: 185 рублей