

Утверждаю

директор  
ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка  
\_\_\_\_\_/Малкин Владимир Юрьевич/

## МЕНЮ

2 июня 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7,2	9,6	22,6	206
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	4,1	12,8	104
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2	4,4	13,5	102
Итого		13,1	18,1	48,9	412
<b>II Завтрак</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ	108	0,5	0,1	10,9	46
Итого		0,5	0,1	10,9	46
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,9	2,9	5,6	53
СУП ХАРЧО НА М/К СО СМЕТАНОЙ	200	5,6	6	25	178
ЛАПШЕВНИК С МЯСОМ	150	15	15,4	30,8	323
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	50	0,7	1,9	4,6	39
КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ	180			8,7	35
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,3	0,3	21,6	102
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
Итого		27,2	26,7	106,9	781
<b>Полдник</b>					
РЯЖЕНКА	200	6	2	8,4	80
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209
Итого		9,8	6,9	45,6	289
<b>Ужин</b>					
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
РАГУ ОВОЩНОЕ	180	4,3	14,4	24,8	249
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3		9,5	40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71
Итого		12	19,2	49,7	423
Всего		62,6	71	262	1951

Цена: 168 рублей