

Утверждаю

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

МЕНЮ
7 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	20,2	15,4	13,4	277
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,7	2	3,2	34
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	3,2	12,9	96
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116
Итого		27,1	25,6	44,9	523
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	104	0,5	0,1	10,3	45
Итого		0,5	0,1	10,3	45
Обед					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	50	0,9	3,3	5	54
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/К СО СМТАНОЙ	180	7,4	8,2	19,4	182
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	14	4,4	29,3	213
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	70	9,5	9,6	3,2	138
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	2,9	0,4	18,7	90
ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	98
Итого		37,9	26,3	104,6	810
Полдник					
РЯЖЕНКА	195	5,9	2	8,2	78
ПРЯНИКИ	50	3	2,4	37,5	183
Итого		8,9	4,4	45,7	261
Ужин					
БАНАН	150	0,6	0,6	14,7	71
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	130	9,4	11,3	56,7	366
ЧАЙ С САХАРОМ	185			8,7	35
Итого		10	11,9	80,1	472
Всего		84,4	68,3	285,6	2111

Цена:169 рублей