

Утверждаю

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

МЕНЮ
14 февраля 2025 г.
Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	90	5,1	5,4	18,4	144
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1	4,5	3,9	60
ЧАЙ С МОЛОКОМ	190	2,6	2,8	12,8	87
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,9	4,8	12,9	103
Итого		15,7	22,1	48,3	457
II Завтрак					
ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	14,7	71
Итого		0,6	0,6	14,7	71
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40	0,3	2,3	1	26
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	200	4,7	7,2	27,6	195
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	200	17,1	21,8	20	345
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,2	0,1	15,1	62
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	82
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
Итого		26,6	32	91,3	761
Полдник					
РЯЖЕНКА	210	6,3	2,1	8,8	84
БАТОН	25	2	0,3	12,3	60
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,4	4,3		53
Итого		11,7	6,7	21,1	197
Ужин					
РЫБА,ЗАПЕЧЕНАЯ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	220	14,8	7,1	7	153
ОТВАР ИЗСВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ ЯГОДЫ	200	0,2	0,1	8,8	37
ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,4	0,5	22	106
Итого		18,4	7,7	37,8	296
Всего		73	69,1	213,2	1782

Цена: 167 рублей