

Утверждаю

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

МЕНЮ
14 октября 2025 г.
Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША 3 ЗЛАКА МОЛОЧНАЯ	190	8,1	9,4	31,9	244
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	3,2	12,6	95
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,6	5,1	18	129
Итого		14,6	17,7	62,5	468
II Завтрак					
ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,8	56
Итого		0,5	0,5	11,8	56
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,4	2,4	1,9	31
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА М/К.БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	3,3	5,9	20,1	149
ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	200	9,7	8,1	29,4	237
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,9	96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,1	0,2	13,5	64
Итого		18,6	17	93,5	612
Полдник					
ЧАЙ	200	0,3		0,6	4
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177
Итого		1,7	1,7	39,3	181
Ужин					
МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ	90	1,4	2,9	7,7	64
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	22,1	15,8	25,5	336
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	70	1	2,8	4,5	48
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО ЯГОДНОГО	200			15,4	62
Итого		24,5	21,5	53,1	510
Всего		59,9	58,4	260,2	1827

Цена: 175 рублей