

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

_____/Малкин Владимир Юрьевич/

МЕНЮ

16 июня 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ 120,0 МОЛОЧНАЯ	170	5,8	7,2	23,2	182
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	3,2	2,7	10,7	80
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		10,5	14,6	44,2	352
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43
Итого		0,5	0,1	9,9	43
Обед					
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	30	0,6	1,5	1,7	22
СУП КУДРЯВЫЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	160	6,8	9,9	11,8	165
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ	160	9,7	14,4	15,2	231
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,5		11,3	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,4	0,2	9,2	45
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого		21	26,3	61,9	571
Полдник					
КЕФИР	180	5	4,4	7	93
СУХАРИКИ	20	1,5	0,6	9,7	50
Итого		6,5	5	16,7	143
Ужин					
ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
БИТОЧКИ МАННЫЕ	100	4,4	5,7	24,6	166
ОТВАР ИЗ ШИПОВНИКА И ЛИМОНА	180	0,2	0,1	10,2	48
Итого		5,1	6,3	47,5	275
Всего		43,6	52,3	180,2	1384

Цена: 157 рублей