

Утверждаю

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

МЕНЮ
21.10 2025 г.

ЯСЛИ 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУФЛЕ ИЗ ТВОРОГА	120	20,2	15,4	13,4	277
ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	5	1,4	1,6	10,8	64
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	3,2	13,9	100
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,3	5	15,4	116
Итого		27,8	25,2	53,5	557
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,6	0,1	11,9	51
Итого		0,6	0,1	11,9	51
Обед					
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	30	0,4	2,4	1,9	31
СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА КУР.Б-НЕ СО СМЕТАНОЙ	180	7,6	8,4	20,9	190
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	14	4,4	29,3	213
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	60	12,1	5,5	3,6	127
КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ	150	0,2	0,1	12,5	52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,9	0,4	18,7	90
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,1	0,3	13,1	63
Итого		39,3	21,5	100	766
Полдник					
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1		7	29
ПЕЧЕНЬЕ	16	3	2,4	37,5	183
Итого		3,1	2,4	44,5	212
Ужин					
ЯБЛОКО	130	0,6	0,6	14,7	71
КРУАССАН С СЫРОМ	130	11,4	13,8	68,5	444
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	160	5	5,6	22,1	160
Итого		17	20	105,3	675
Всего		87,8	69,2	315,2	587

Цена: 170 рублей