

Утверждаю

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

МЕНЮ
23 января 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	190	3,4	4,5	23,9	149
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	3,4	12	96
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,9	4,8	12,9	103
Итого		9,4	12,7	48,8	348
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	115	0,6	0,1	11,6	50
Итого		0,6	0,1	11,6	50
Обед					
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	50	0,8	2,4	2,3	34
СУП КУДРЯВЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	7,2	9,8	13,4	172
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200	11,6	12,8	10,5	207
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,6		13,4	57
ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,8	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3	0,4	19,1	92
Итого		26	25,8	76,5	648
Полдник					
ЧАЙ	200	0,3		0,6	4
ПРЯНИКИ	50	3	2,4	37,5	183
Итого		3,3	2,4	38,1	187
Ужин					
БАНАН	160	2,4	0,8	33,6	154
БИТОЧКИ МАННЫЕ	120	5,3	4,3	32,3	187
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	10,2	46
Итого		7,9	5,2	76,1	387
Всего		47,2	46,2	251,1	1620

Цена: 180 рублей