

Утверждаю

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

МЕНЮ
23 января 2026 г.
Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	170	5,8	7,2	23,2	182
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,1	2,6	9,7	75
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		10,4	14,5	43,2	347
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	30	0,6	1,5	1,7	22
СУП КУДРЯВЫЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	160	8,1	11,1	11,8	181
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	160	9,3	10,7	8,2	169
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,5		11,3	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,1	0,3	13,6	65
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,4	0,3	15,7	76
Итого		23	23,9	62,3	560
Полдник					
ЧАЙ	180	0,3		0,5	3
ПРЯНИКИ	40	2,3	1,8	29,1	142
Итого		2,6	1,8	29,6	145
Ужин					
БАНАН	160	2,4	0,8	33,6	154
БИТОЧКИ МАННЫЕ	100	4,3	5,7	24,6	166
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	9,1	41
Итого		6,9	6,6	67,3	361
Всего		43,5	46,9	214	1463

Цена: 175 рублей