

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

\_\_\_\_\_/Малкин Владимир Юрьевич/

# МЕНЮ

24 марта 2025 г.

## Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	190	8,6	10	29,6	243
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	4,1	12,8	104
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116
Итого		14,8	19,1	57,8	463
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	104	0,5	0,1	10,3	45
Итого		0,5	0,1	10,3	45
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА	30	1,2	1,1	2,4	23
СУП ПО ПОЛЬСКИ НА М/К БУЛЬОНЕ	200	7,1	7,2	17,6	167
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	130	2,3	4,7	13,9	108
КНЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	12,4	12,8	4,4	182
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого		29,3	26,4	86,8	705
<b>Полдник</b>					
ОТВАР ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ ЯГОДЫ	200	0,1	0,1	8,6	36
ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106
Итого		0,9	1,1	31,8	142
<b>Ужин</b>					
ЯБЛОКО	140	0,6	0,6	13,7	66
ПАЛОЧКИ ТВОРОЖНЫЕ	130	21,3	15,8	20,2	311
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15			8,7	35
Итого		21,9	16,4	42,6	412
Всего		67,4	63,1	229,3	1767

Цена: 168 рублей