

Утверждаю

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

МЕНЮ
27 февраля 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	190	6,6	9,4	22,7	201
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	4,1	12,8	104
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2	4,4	13,5	102
Итого		12,5	17,9	49	407
II Завтрак					
ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,8	56
Итого		0,5	0,5	11,8	56
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,9	2,9	5,6	53
СУП ХАРЧО НА М/К СО СМЕТАНОЙ	200	3,3	4	23,9	146
ЛАПШЕВНИК С МЯСОМ	150	14,6	16,6	30,8	331
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	50	0,5	1,8	4	35
КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ	180			8,7	35
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
Итого		23	25,8	96,3	712
Полдник					
РЯЖЕНКА	200	6	2	8,4	80
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209
Итого		9,8	6,9	45,6	289
Ужин					
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
РАГУ ОВОЩНОЕ	180	4,3	14,4	24,8	249
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3		9,5	40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59
Итого		11,6	19,2	47,1	411
Всего		57,4	70,3	249,8	1875

Цена: 165 рублей