

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

/Малкин Владимир Юрьевич/

## МЕНЮ

27 октября 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	103	0,5	0,1	10,2	44
Итого		0,5	0,1	10,2	44
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	50	1,2	1,7	2,5	30
СУП ПО ПОЛЬСКИ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	5	6,7	18	155
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	130	2,3	4,7	13,9	108
"ЕЖИКИ" КУРИНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	70	13,3	11,7	9,9	199
КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ	180			8,7	35
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3	0,3	20	94
Итого		24,8	25,1	73	621
<b>Полдник</b>					
РЯЖЕНКА	200	5,9	5,1	8,1	108
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого		8,2	8	30,4	233
<b>Ужин</b>					
ЯБЛОКО	140	0,6	0,6	13,7	66
ВАТРУШКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	130	21,9	17,1	28	357
ОТВАР ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,1		8,4	35
Итого		22,6	17,7	50,1	458
Всего		70,9	70	221,5	1819

Цена: 175 рублей