

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

/Малкин Владимир Юрьевич/

## МЕНЮ

28 августа 2025 г.

### Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ЛЕНИВЫЙ ПИРОГ ИЗ ТВОРОГА	160	20,2	15,7	19,4	303
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	3,2	12,9	96
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,6	5,1	18	129
Итого		26,7	24	50,3	528
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	109	0,5	0,1	10,8	47
Итого		0,5	0,1	10,8	47
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	50	0,5	2,6	2,1	34
СУП БАВАРСКИЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	180	11	7,7	29,4	232
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	170	24,7	11,9	13	282
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,5	2,9	2,2	37
КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ	180			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,8	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,1	0,3	20,6	97
Итого		42,6	25,8	93,8	803
<b>Полдник</b>					
ЧАЙ	200	42		88,2	521
ПРЯНИК	50	3	2,4	37,5	183
Итого		45	2,4	125,7	704
<b>Ужин</b>					
ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	14,7	71
ХАЧАПУРИ	150	16,5	19,7	45,7	427
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	4,8	5,2	23,2	160
Итого		21,9	25,5	83,6	658
Всего		136,7	77,8	364,2	2740

Цена: 175 рублей