

Утверждаю

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

МЕНЮ
6 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА"МОЛОЧНАЯ	190	5,5	7,8	22,7	183
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	3,4	12	96
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,6	5,1	18	129
Итого		12,2	16,3	52,7	408
II Завтрак					
БАНАН	130	2	0,7	27,3	125
Итого		2	0,7	27,3	125
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,5	2,6	2,1	34
БОРЩ С КАПУСТОЙ,КАРТОФЕЛЕМНАМ/К СО СМЕТАНОЙ	200	8,8	7,1	24,4	198
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,4	4,7	24,6	162
ПОД ЛИВА МЯСНАЯ	70	6,1	7,6	5,2	114
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,6		13,4	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,5	0,3	23,1	109
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
Итого		26,6	22,5	103,4	725
Полдник					
РЯЖЕНКА	200	6	2	8,4	80
ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
Итого		6,6	2,7	23,9	151
Ужин					
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
СУП РЫБНЫЙ "УХА"	220	7,6	2,9	21	142
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	10,9	57
ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,7	0,2	11	53
Итого		10,2	3,7	52,7	299
Всего		57,6	45,9	260	1708

Цена: 168 рублей