

Утверждаю

директор

ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка

_____/Малкин Владимир Юрьевич/

МЕНЮ

20 февраля 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	130	18,5	14,4	11,9	255
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	70	0,3	0,9	1,2	14
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	3,2	12,9	96
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		24,2	23,2	36,3	455
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	112	0,6	0,1	11,1	48
Итого		0,6	0,1	11,1	48
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПОРЦИОННЫЙ	50	0,5	1	1,4	17
СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	200/9	3,2	3,1	24,7	140
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,7	4	26,8	163
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	75	9,8	10,7	5,7	159
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			8,1	33
ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	98
Итого		21,4	19,2	87	610
Полдник					
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1		7	29
ПЕЧЕНЬЕ	18	1,4	1,8	13,4	75
Итого		1,5	1,8	20,4	104
Ужин					
БАНАН	150	2,3	0,8	31,5	144
КРУАССАН С СЫРОМ	150	9,7	14	43	337
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	190	4,3	4,8	26	165
Итого		16,3	19,6	100,5	646
Всего		64	63,9	255,3	1863

Цена: 169 рублей