

Утверждаю

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

МЕНЮ
21 февраля 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7,6	8,1	31,6	231
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	3,4	12	96
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2,4	4,4	14,7	109
Итого		14,1	15,9	58,3	436
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	113	0,6	0,1	11,2	49
Итого		0,6	0,1	11,2	49
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И ЯБЛОК	50	0,8	2,4	3	39
СУП БАВАРСКИЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	6,9	4,8	28,6	187
ПЛОВ ИЗ МЯСА	200	22,9	22,8	33,6	432
КОМПОТ ИЗ С /ФРУКТОВ	180			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,6	0,3	16,5	80
Итого		34,9	30,5	101	824
Полдник					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,9	6,5	9,6	122
ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106
Итого		6,7	7,5	32,8	228
Ужин					
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО ПОЛЬСКИ	180	13,1	10,9	4,2	166
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,7	3,2	4,1	48
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180			8	33
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого		15,8	14,4	29	308
Всего		72,1	68,4	232,3	1845

Цена: 165 рублей