

Утверждаю

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

МЕНЮ
21 февраля 2025 г.
Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	170	6,1	7,6	24,4	192
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,1	2,6	9,7	75
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2	4,8	12	100
Итого		11,2	15	46,1	367
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	30	0,6	1,9	2,4	30
СУП БАВАРСКИЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	160	4,6	4	20,5	137
ПЛОВ	150	17,2	17,1	25,2	324
КОМПОТ ИЗ С /ФРУКТОВ	150			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого		25,7	23,5	76,1	620
Полдник					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	5,6	8,2	105
ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106
Итого		5,8	6,6	31,4	211
Ужин					
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО ПОЛЬСКИ	180	17,3	8	2,3	151
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	20	0,5	0,8	2,7	20
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180			7	29
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
Итого		19,5	9	22,6	251
Всего		62,8	54,2	187,4	1498

Меню: 157 рублей