

Утверждаю

руководитель СП  
ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка  
\_\_\_\_\_/Орлова Светлана Алексеевна/

## МЕНЮ

2 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША "ДРУЖБА"МОЛОЧНАЯ	180	5,2	7,3	21,4	173
ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	2,6	2,8	9	72
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116
Итого		10,1	15,1	45,8	361
<b>II Завтрак</b>					
ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	14,7	71
Итого		0,6	0,6	14,7	71
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	30	0,3	1,3	0,8	17
БОРЩ С КАПУСТОЙ,КАРТОФЕЛЕМНАМ/К СО СМЕТАНОЙ	160	3,1	2,3	19,5	112
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3,6	3,9	16,5	115
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	50/50	13,5	5,2	3,6	132
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,2	0,1	9	37
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	1,9	0,3	12,3	59
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
Итого		23,9	13,3	70,2	513
<b>Полдник</b>					
ЧАЙ	200			7,4	29
ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167
Итого		3	3,9	37,2	196
<b>Ужин</b>					
СУФЛЕ РЫБНОЕ	170	15	7,8	1	136
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	30	0,7	1,9	4,7	40
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	7,7	35
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
Итого		17,2	10	21,9	252
Всего		54,8	42,9	189,8	1393

Цена: 143 рубля