

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
5 декабря 2024 г.

**Сад 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	9,1	13,5	2,7	169
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	3,4	13	99
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116
Итого		15,5	21,9	31,1	384
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	118	0,6	0,1	11,7	51
Итого		0,6	0,1	11,7	51
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,5	2,6	2,1	34
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	180	2,2	3,6	16,8	110
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	200	10,8	12,7	10,2	200
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,6		13,4	57
ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,8	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,5	0,3	16,1	78
Итого		19,4	19,6	76,4	565
<b>Полдник</b>					
ОТВАР ИЗ СВЕЖЕМОРОЖ. ЯГОДЫ	200	0,1	0,1	8,6	36
ГРЕНКИ С СЫРОМ	54	6,7	3,6	26,5	167
Итого		6,8	3,7	35,1	203
<b>Ужин</b>					
ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,8	56
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЧЕРНОСЛИВОМ	130	20,2	13,2	20,2	283
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,7	2	3,2	34
ЧАЙ С САХАРОМ	180			8,7	35
Итого		21,4	15,7	43,9	408
Всего		63,7	61	198,2	1611

Цена: 160 рублей