

Утверждаю

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

МЕНЮ
6 декабря 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	170	7,7	8,8	26,5	217
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	3,3	2,7	10,9	81
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		12,5	16,2	47,7	388
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	113	0,6	0,1	11,2	49
Итого		0,6	0,1	11,2	49
Обед					
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	30	0,9	1,1	1,8	20
СУП ПО ПОЛЬСКИ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/9	4,8	5,8	16,7	139
ПЛОВ С МЯСОМ	160	9,9	9,2	26,1	227
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,4	0,1	9,5	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		19,6	16,6	77,9	540
Полдник					
БАТОН С ПОВИДЛОМ	40	1,7	0,2	22,3	98
ЧАЙ С САХАРОМ	180/15				
Итого		1,7	0,2	22,3	98
Ужин					
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	90	1,4	3,1	6,2	58
КРУАССАН С СЫРОМ	130	9,3	12	39	302
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	9,1	41
Итого		10,9	15,2	54,3	401
Всего		45,3	48,3	213,4	1476

Цена: 147 рублей