

Утверждаю

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

# МЕНЮ

11 июня 2024 г.

## Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	190	6,76	7,68	28,64	210,58
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,86	3,15	14,83	104,02
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2,28	5,00	15,46	116,00
Итого		12,90	15,83	58,93	430,60
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	110	0,55	0,11	10,89	47,30
Итого		0,55	0,11	10,89	47,30
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,46	12,18	1,79	118,61
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИНА КУР. БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	2,68	2,60	19,81	114,00
СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ	130	2,11	4,93	12,31	101,90
ЕЖИКИ КУРИНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	70	12,43	12,99	2,67	177,36
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого		22,32	33,31	73,04	681,73
<b>Полдник</b>					
РЯЖЕНКА	200	6,00	2,00	8,40	80,00
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,75	4,90	37,20	208,50
Итого		9,75	6,90	45,60	288,50
<b>Ужин</b>					
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	200	12,91	6,53	5,09	131,62
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,05	0,01	6,93	28,74
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79
Итого		14,28	6,72	20,50	201,15
Всего		59,80	62,87	208,96	1 649,28