

Утверждаю

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

МЕНЮ
12 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	20,2	15,5	13,4	277
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,7	2	3,2	34
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	3,2	12,9	96
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116
Итого		27,1	25,7	44,9	523
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	107	0,5	0,1	10,6	46
Итого		0,5	0,1	10,6	46
Обед					
САЛАТ ЛУКОВЫЙ	50	0,9	3,3	5	54
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/К СО СМТАНОЙ	180	2,6	4,1	19,4	127
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	10,5	4,2	21,9	168
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	70	9,5	9,6	3,2	138
КОМПОТ ИЗ СВ. ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,2	0,1	12,8	53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,5	0,3	16,1	78
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого		29,5	22	99,6	720
Полдник					
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		7	29
ПРЯНИКИ	50	3	2,4	37,5	183
Итого		3,1	2,4	44,5	212
Ужин					
ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,8	56
МОРКОВНЫЕ ПАЛОЧКИ	50	0,6		3	15
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	150	14,1	16,9	86,2	551
КИСЕЛЬ	180			15,4	62
Итого		15,2	17,4	116,4	684
Всего		75,4	67,6	316	2185

Цена: 166 рублей