

Утверждаю

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

## МЕНЮ

16 января 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	170	6,1	7,6	24,4	192
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,1	2,6	9,7	75
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	27	1,8	4,3	10,8	90
Итого		11	14,5	44,9	357
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	117	0,6	0,1	11,6	50
Итого		0,6	0,1	11,6	50
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	30	0,3	1,6	2,4	24
СУП БАВАРСКИЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	160	4,6	4	20,5	137
ПЛОВ ИЗ МЯСА	160	11,2	13,4	25,9	271
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,5		11,3	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого		19,9	19,5	81,3	581
<b>Полдник</b>					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	5,6	8,2	105
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого		7,3	8,5	30,5	230
<b>Ужин</b>					
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО ПОЛЬСКИ	180	17,3	8	2,3	151
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	20	0,5	0,8	2,7	20
ЧАЙ С САХАРОМ	180			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
Итого		19,5	9	22,4	249
Всего		58,3	51,6	190,7	1467

Цена: 153 рубля