

Утверждаю

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

МЕНЮ
16 января 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7,6	8,1	31,6	231
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	3,4	12	96
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	32	2,2	4,4	13,3	102
Итого		13,9	15,9	56,9	429
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	117	0,6	0,1	11,6	50
Итого		0,6	0,1	11,6	50
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,4	2,5	3,7	41
СУП БАВАРСКИЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	6,6	4,5	28,5	184
ПЛОВ ИЗ МЯСА	200	11,4	13	36,8	309
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,6		13,4	57
ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,8	0,4	18,2	88
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого		23,8	20,7	113,3	740
Полдник					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,9	6,5	9,6	122
ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209
Итого		10,5	12,4	70	437
Ужин					
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО ПОЛЬСКИ	180	13,1	10,9	4,2	166
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,7	3,2	4,1	48
ЧАЙ С САХАРОМ	180			7,6	30
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого		15,8	14,4	28,6	305
Всего		64,6	63,5	280,4	1961

Цена: 160 рублей