

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
17 июня 2024 г.

**Сад 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	190	6,72	7,96	21,74	186,05
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,01	3,37	12,01	95,53
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2,28	5,00	15,46	116,00
Итого		13,01	16,33	49,21	397,58
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	105	0,53	0,11	10,40	45,15
Итого		0,53	0,11	10,40	45,15
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	50	0,56	3,01	2,13	38,94
СУП ПОЛЕВОЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	160/9	7,53	7,25	20,96	179,69
ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	200	3,14	6,68	23,91	168,87
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,54	0,03	14,05	59,13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	2,71	0,36	17,38	83,62
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99
Итого		16,14	17,55	89,03	581,24
<b>Полдник</b>					
ОТВАР ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ ЯГОДЫ	200	0,14	0,06	8,52	36,11
ВАФЛИ	50	1,40	1,65	38,65	177,00
Итого		1,54	1,71	47,17	213,11
<b>Ужин</b>					
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	60	0,76	1,72	4,24	34,00
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	8,45	10,16	2,08	133,78
ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,00	0,00	4,84	19,35
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого		11,86	12,23	28,12	268,71
Всего		43,08	47,93	223,93	1 505,79