

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
18 октября 2024 г.

**Ясли 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	8,1	10	1,5	127
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,1	2,6	9,7	75
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
СЫР ПОРЦИОННЫЙ	8	2,1	3,1	3,5	52
Итого		14,8	20,4	25	344
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	120	0,6	0,1	11,9	52
Итого		0,6	0,1	11,9	52
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ	30	0,4	1,8	1,4	24
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/К СО СМТАНОЙ	150	6,1	7,3	17,2	160
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	110	8,9	3,5	18,5	142
ПОДПИВА ИЗ МЯСА КУР	60	5,4	6,3	4,1	96
КОМПОТ ИЗ С/Ф	150			6,8	27
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	1,9	0,2	11,9	57
ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,8	86
Итого		20,1	13,2	73,6	496
<b>Полдник</b>					
НАПИТОК ИЗ СВЕЖЕМОРОЖ.ЯГОДЫ	180	0,2	0,1	9,2	39
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого		2,5	3	31,5	164
<b>Ужин</b>					
БАНАН	150	2,3	0,8	31,5	144
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	130	12,3	14,5	74,7	478
ЧАЙ С САХАРОМ	180/15			6,8	27
Итого		14,6	15,3	113	649
Всего		52,6	52	255	1705