

Утверждаю

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

МЕНЮ
18 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША З ЗЛАКА МОЛОЧНАЯ	190	8,1	9,4	31,9	244
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	3,2	12,9	96
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,6	5,1	18	129
Итого		14,6	17,7	62,8	469
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	114	0,6	0,1	11,3	49
Итого		0,6	0,1	11,3	49
Обед					
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА КУР .БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	3,2	5	20,5	143
КНЕЛИ ИЗ КУР (ПАРОВЫЕ)	60	13,4	6,8	3,8	129
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,2	4,5	34,1	190
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,4	1,2	2	20
ОТВАР ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ ЯГОДЫ	180	0,1	0,1	7,7	33
ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,6	104
ХЛЕБПШЕНИЧНЫЙ	35	2,3	0,3	14,8	71
Итого		26	18,3	104,5	690
Полдник					
РЯЖЕНКА	205	6,2	2,1	8,6	82
ПЕЧЕНЬЕ	45	3,4	4,4	33,5	188
Итого		9,6	6,5	42,1	270
Ужин					
АПЕЛЬСИН	130	1,2	0,3	10,5	56
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	17,3	13,7	20,5	276
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	70	1	2,8	4,5	48
КИСЕЛЬ	185			9,1	36
Итого		19,5	16,8	44,6	416
Всего		70,3	59,4	265,3	1894

Цена: 163 рубля