

Утверждаю

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

МЕНЮ

18 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША 3 ЗЛАКА МОЛОЧНАЯ	170	6,2	8,4	25,4	202
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3,3	2,7	10,9	81
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	33	2,1	4,9	14,4	111
Итого		11,6	16	50,7	394
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	150	3	3,9	18,2	121
КНЕЛИ ИЗ КУР (ПАРОВЫЕ)	50	9,9	11,5	3	156
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,7	3,8	28,9	161
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,6	1,9	4,1	38
ОТВАР ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ ЯГОДЫ	150	0,1		6,4	27
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,4	0,3	15,7	76
ХЛЕБПШЕНИЧНЫЙ	31	2,1	0,3	13,1	63
Итого		20,8	21,7	89,4	642
Полдник					
РЯЖЕНКА	185	5,6	1,9	7,8	74
ПЕЧЕНЬЕ	25	1,8	2,4	18	101
Итого		7,4	4,3	25,8	175
Ужин					
АПЕЛЬСИН	130	1,2	0,3	10,5	56
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	17,3	13,7	20,5	276
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,7	2	3,2	34
КИСЕЛЬ	185			9,1	36
Итого		19,2	16	43,3	402
Всего		59,6	58,1	220,5	1662

Цена: 150 рублей