

Утверждаю

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

МЕНЮ
19 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	130	18,5	14,4	11,9	255
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	70	0,3	0,9	1,2	14
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	3,2	12,9	96
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		24,2	23,2	36,3	455
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	112	0,6	0,1	11,1	48
Итого		0,6	0,1	11,1	48
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПОРЦИОННЫЙ	50	0,5	1	1,4	17
СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	200/9	3,2	3,1	24,9	141
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,7	4	26,8	163
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	70	9,5	9,6	3,2	138
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			8,1	33
ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	98
Итого		21,1	18,1	84,7	590
Полдник					
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1		7	29
ПЕЧЕНЬЕ	18	1,4	1,8	13,4	75
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого		1,9	2,2	30,2	151
Ужин					
МОРКОВЬ, ПРИПУЩЕННАЯ	110	1,8	4	8,2	77
КРУАССАН С СЫРОМ	150	9,8	14	43	337
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	190	4,3	4,8	26	165
Итого		15,9	22,8	77,2	579
Всего		63,7	66,4	239,5	1823

Цена: 160 рублей