

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
21 ноября 2024 г.

**Ясли 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	170	6,4	7,7	22,6	186
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	3,3	2,7	10,9	81
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		11,2	15,1	43,8	357
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	108	0,5	0,1	10,7	46
Итого		0,5	0,1	10,7	46
<b>Обед</b>					
САЛАТ"ЗИМНИЙ"	30	0,4	1,7	1,4	23
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3,9	3,7	17,8	121
КУЛЕБЯКА С МЯСОМ	160	19,7	21,4	38,5	423
КОМПОТ ИЗ СВ. ЯБЛОК И ЛИМОНА	150			10,6	43
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95
Итого		27,1	27	88,4	705
<b>Полдник</b>					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	5,6	8,2	105
ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106
Итого		5,8	6,6	31,4	211
<b>Ужин</b>					
АПЕЛЬСИН	100	0,9	0,2	8,1	43
ПАЛОЧКИ ТВОРОЖНЫЕ,	110	17,5	13,7	18,5	271
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	40	0,6	1,6	2,6	27
ЧАЙ С САХАРОМ	160			6,8	27
Итого		19	15,5	36	368
Всего		63,6	64,3	210,3	1687

Цена: 148 рублей