

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
25 марта 2024 г.

**Сад 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	190	6,5	8,2	25,9	203
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,7	3	12,1	91
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		11,7	15,9	48,3	384
<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>					
СУП МОЗАИКА НА М/К СО СМЕТАНОЙ	180	3,3	6,1	18,4	142
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	180	9,2	10,7	10,9	180
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С АСКОРБИН. К-ТОЙ	180	0,6		13,4	57
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,2	0,2	7,7	37
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого		16,3	17,3	63,1	477
<b>Полдник</b>					
ВАРЕНЕЦ	200	8,5	8,7	36,7	265
ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167
Итого		11,5	12,6	66,5	432
<b>Ужин</b>					
МОРКОВНЫЕ ПАЛОЧКИ	70	0,7	0,1	3,8	19
СУХАРНИК	150	11,3	15,7	11,1	231
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,3	52
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
Итого		14	16,1	36,8	353
Всего		54	62	225,4	1692