

Утверждаю

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

МЕНЮ
25 декабря 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	170	6	8,9	20	185
ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	2,7	2,3	9,4	70
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,9	4,8	12,9	103
Итого		10,6	16	42,3	358
II Завтрак					
БАНАН	125	1,9	0,6	26,3	120
Итого		1,9	0,6	26,3	120
Обед					
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	30	0,6	1,2	5,1	34
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150	2,4	3,4	15	101
АЗУ ПО ТАТАРСКИ С МЯСОМ	160	8	6,5	23,1	183
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,2	0,1	9	37
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого		14,5	11,7	73,4	457
Полдник					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,2	17,8	77
ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106
Итого		1,7	1,2	41	183
Ужин					
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	200	21,9	12	6,5	222
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180			6,3	26
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25				
Итого		21,9	12	12,8	248
Всего		50,6	41,5	195,8	1366

Цена: 153 рубля