

Утверждаю

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

МЕНЮ
27 января 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7,9	9,2	31,8	242
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	3,2	13,9	100
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	32	1,9	4,8	13,2	105
Итого		13,7	17,2	58,9	447
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	118	0,6	0,1	11,7	51
Итого		0,6	0,1	11,7	51
Обед					
САЛАТ"ЗИМНИЙ"	50	0,7	2,8	2,4	38
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	10,5	8,4	26,1	223
КУЛЕБЯКА С МЯСОМ	200	19,9	22,5	48,2	474
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		33,7	34,1	102,4	852
Полдник					
РЯЖЕНКА	200	6	2	8,4	80
БАТОН	50	4	0,5	24,6	119
Итого		10	2,5	33	199
Ужин					
ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
ПАЛОЧКИ ТВОРОЖНЫЕ,	130	22,8	17,1	22,3	339
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,7	2	3,2	34
ОТВАР ИЗ СВЕЖЕМОРОЖ. ЯГОДЫ	200	0,2	0,1	8	34
Итого		24,2	19,7	46,2	468
Всего		82,2	73,6	252,2	2017

Цена: 164 рубля