

Утверждаю

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

# МЕНЮ

27 июня 2024 г.

## Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7,55	8,96	29,63	230,24
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,04	2,62	10,43	78,24
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,22	5,63	15,06	119,86
Итого		12,81	17,21	55,12	428,34
<b>II Завтрак</b>					
ЯБЛОКО	120	0,48	0,48	11,76	56,40
Итого		0,48	0,48	11,76	56,40
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	50	0,55	3,01	2,08	38,63
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	160	1,18	3,23	5,71	57,22
АЗУ ПО ТАТАРСКИМ КУРИЦЕЙ	160	10,06	12,52	21,51	239,74
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,12	0,07	8,97	37,41
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19
Итого		16,55	19,44	67,95	515,77
<b>Полдник</b>					
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	45	6,47	6,23	15,42	144,78
КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	17,11	68,44
Итого		6,47	6,23	32,53	213,22
<b>Ужин</b>					
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	225	14,78	6,22	7,16	144,62
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,05	0,01	6,94	28,93
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99
Итого		16,49	6,45	24,70	224,54
Всего		52,80	49,81	192,06	1 438,27