

Утверждаю

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

МЕНЮ
3 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ"ШОКОЛАДКА"	190	6	8,4	23,6	194
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4	4,1	12,8	104
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,9	4,8	12,9	103
Итого		11,9	17,3	49,3	401
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	101	0,5	0,1	10	43
Итого		0,5	0,1	10	43
Обед					
САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦА	50	0,5	2,6	2,1	34
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ МОСКОВСКИЙ	180	7,4	6,9	21,1	176
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	4,1	30,7	179
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	75	11,8	8,5	4,4	156
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,1	33
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого		29,2	22,8	96,1	721
Полдник					
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	4,8	5,2	26,9	175
ПРЯНИКИ	50	3	2,4	37,5	183
Итого		7,8	7,6	64,4	358
Ужин					
ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТАС КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	130	9,7	9,6	40,5	288
ЧАЙ С САХАРОМ МОЛОКОМ	185/15	2,6	2,8	10,9	80
Итого		12,8	12,9	64,1	429
Всего		62,2	60,7	283,9	1952

Цена: 163 рубля