

Утверждаю

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

МЕНЮ
5 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ | 190 | 7,3 | 8,5 | 28,7 | 222 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 180 | 3,9 | 3,2 | 12,9 | 96 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 32 | 1,9 | 4,8 | 13,2 | 105 |
| Итого | | 13,1 | 16,5 | 54,8 | 423 |
| II Завтрак | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 115 | 0,6 | 0,1 | 11,4 | 49 |
| Итого | | 0,6 | 0,1 | 11,4 | 49 |
| Обед | | | | | |
| САЛАТ"ЗИМНИЙ" | 50 | 0,7 | 2,8 | 2,4 | 38 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 180 | 4,6 | 4,4 | 21,3 | 145 |
| КУЛЕБЯКА С КУРОЙ | 200 | 21,7 | 24 | 48,2 | 494 |
| КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ | 180 | | | 8,1 | 33 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 |
| Итого | | 29,6 | 31,6 | 97 | 792 |
| Полдник | | | | | |
| РЯЖЕНКА | 200 | 6 | 2 | 8,4 | 80 |
| ПЕЧЕНЬЕ | 40 | 3 | 3,9 | 29,8 | 167 |
| Итого | | 9 | 5,9 | 38,2 | 247 |
| Ужин | | | | | |
| ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| ПАЛОЧКИ ТВОРОЖНЫЕ, | 130 | 22,8 | 17,1 | 22,3 | 339 |
| СОУС СМЕТАННЫЙ №371 | 50 | 0,7 | 2 | 3,2 | 34 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 18 | | | 8,7 | 35 |
| Итого | | 23,9 | 19,5 | 44 | 455 |
| Всего | | 76,2 | 73,6 | 245,4 | 1966 |

Меню 144 рубля