

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 декабря 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	9,6	11,8	1,7	151
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,1	2,6	9,7	75
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	34	2,2	4,9	14,9	113
Итого		14,9	19,3	26,3	339
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	109	0,5	0,1	10,8	47
Итого		0,5	0,1	10,8	47
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,3	1,7	1,3	22
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	150	1,8	2	14,8	86
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	160	9,8	11,6	9,3	184
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,5		11,3	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,2	0,2	7,6	37
Итого		16,2	15,9	61,3	458
Полдник					
ОТВАР ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ ЯГОДЫ	180	0,1	0,1	7,7	33
ГРЕНКИ С СЫРОМ	29	3,5	2,6	9,8	77
Итого		3,6	2,7	17,5	110
Ужин					
ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,8	56
ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА С ЧЕРНОСЛИВОМ	120	15,3	10,3	12,7	206
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,7	2	3,2	34
ЧАЙ С САХАРОМ	160			6,8	27
Итого		16,5	12,8	34,5	323
Всего		51,7	50,8	150,4	1277

Цена: 149 рублей