

Утверждаю

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

МЕНЮ

6 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	90	4,7	4,6	18,4	135
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	32	0,6	2,8	2,5	38
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,6	2,8	9	72
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		14,5	19,5	40,5	398
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	116	0,6	0,1	11,5	50
Итого		0,6	0,1	11,5	50
Обед					
САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	30	0,3	1,7	1,3	22
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	160	3,8	6	22,1	157
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ КУР	160	9,6	10,8	11,6	185
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого		17,7	19,1	67,2	513
Полдник					
КИСЕЛЬ ФРУКТОВЫЙ	185			20,1	80
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
Итого		1,5	2	35	163
Ужин					
СУП РЫБНЫЙ "УХА"	180	7,3	6,1	15,5	148
ОТВАР ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ ЯГОДЫ	180	0,1	0,1	7,7	33
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		10	6,6	40,2	263
Всего		44,3	47,3	194,4	1387

Цена: 143 рубля