

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
6 декабря 2024 г.

**Сад 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	190	8,6	10	29,6	243
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,7	3	12,1	91
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116
Итого		14,6	18	57,1	450
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	113	0,6	0,1	11,2	49
Итого		0,6	0,1	11,2	49
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА	50	1,2	1,7	2,5	30
СУП ПО ПОЛЬСКИ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/11	5,8	7	20,2	168
ПЛОВ С МЯСОМ	200	12,3	15,5	32,6	319
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого		25,6	24,8	103,8	742
<b>Полдник</b>					
БАТОН С ПОВИДЛОМ	50	2	0,3	31,7	137
ЧАЙ	200/15				
Итого		2	0,3	31,7	137
<b>Ужин</b>					
МОРКОВЬ, ПРИПУЩЕННАЯ	100	1,5	3,4	7	65
КРУАССАН С СЫРОМ	150	10,8	13,8	47,1	356
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	8	37
Итого		12,5	17,3	62,1	458
Всего		55,3	60,5	265,9	1836

Цена: 159 рублей