

Утверждаю

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

# МЕНЮ

7 декабря 2023 г.

## Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	170	5,9	8,3	20,2	180
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15			6,8	27
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,9	4,8	12,9	103
Итого		7,8	13,1	39,9	310
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	104	0,5	0,1	10,3	45
Итого		0,5	0,1	10,3	45
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,2	1,7	0,7	20
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	160	2,8	2,4	20,3	114
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	19,4	8	16,8	237
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,5	2,9	2,2	37
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,5	0,2	9,7	47
Итого		26,9	15,5	72,6	560
<b>Полдник</b>					
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	7,9	33
Итого		2,4	1	23,3	112
<b>Ужин</b>					
БАНАН	120	1,8	0,6	25,2	115
ХАЧАПУРИ	130	12,9	13,9	42,9	350
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180	4,4	3,7	20,1	132
Итого		19,1	18,2	88,2	597
Всего		56,7	47,9	234,3	1624