

Утверждаю

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

МЕНЮ
9 января 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА"МОЛОЧНАЯ	190	5,5	7,8	22,7	183
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	3,4	12	96
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,6	5,1	18	129
Итого		12,2	16,3	52,7	408
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	101	0,5	0,1	10	43
Итого		0,5	0,1	10	43
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,5	2,6	2,1	34
БОРЩ С КАПУСТОЙ,КАРТОФЕЛЕМНАМ/К СО СМЕТАНОЙ	160	3,1	2,3	19,5	112
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3,6	3,9	16,5	115
ПОД ЛИВА МЯСНАЯ	70	6	7,6	5,2	113
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,6		13,4	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,5	0,3	23,1	109
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
Итого		19	16,9	90,4	591
Полдник					
ОТВАР ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ ЯГОДЫ	200	0,3	0,1	9,3	42
БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131
Итого		4,1	1,6	35	173
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ В МОЛОКЕ	200	4,9	6	29,4	191
ЧАЙ С САХАРОМ	200			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,7	0,2	11	53
Итого		6,6	6,2	49,1	279
Всего		42,4	41,1	237,2	1494

Цена: 160 рублей