

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	
<b>Завтрак</b>					
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
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	101	0,5	0,1	10	43
Итого		0,5	0,1	10	43
<b>Обед</b>					
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
<b>Полдник</b>					
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
<b>Ужин</b>					
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