

Утверждаю

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

МЕНЮ

9 января 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА"МОЛОЧНАЯ	180	5,2	7,3	21,4	173
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,1	2,6	9,7	75
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116
Итого		10,6	14,9	46,5	364
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	101	0,5	0,1	10	43
Итого		0,5	0,1	10	43
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖ. ОГУРЦОВ	30	0,3	1,7	1,3	22
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
ПОДЛИВА МЯСНАЯ	60	5,4	6,3	4,4	97
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,5		11,3	47
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,3	0,3	14,8	71
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
Итого		16,5	14,7	76,3	505
Полдник					
ОТВАР ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ ЯГОДЫ	180	0,1	0,1	7,9	33
БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52
Итого		1,6	0,7	18,2	85
Ужин					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ В МОЛОКЕ	180	4,5	5,6	26,9	178
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
Итого		5,8	5,8	42,2	246
Всего		35	36,2	193,2	1243

Цена: 153 рубля