

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
12 ноября 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 СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,4	2,9	1,2	33
СУП ПО ПОЛЬСКИ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/11	6	6	21,9	167
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	130	1,8	10,2	10,1	140
ПОДЛИВА МЯСНАЯ	60	10,1	10	4,1	148
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		24,6	29,7	85,8	713
<b>Полдник</b>					
ОТВАР ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ ЯГОДЫ	200	0,1	0,1	8,6	36
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209
Итого		3,9	5	45,8	245
<b>Ужин</b>					
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
ВАТРУШКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	130	21,9	17	25,8	348
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	30	0,4	1,2	1,9	20
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	8	37
Итого		22,9	18,7	45,5	452
Всего		66,6	71,5	245,4	1909

Цена: 143 рубля