

Утверждаю

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

# МЕНЮ

13 февраля 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВ. МАСЛОМ	190	6,6	8,4	24,5	200
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,7	3	12,1	91
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2,2	5,6	15	120
Итого		12,5	17	51,6	411
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	105	0,5	0,1	10,4	45
Итого		0,5	0,1	10,4	45
<b>Обед</b>					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ПОРЦ.	50	0,5	2,9	1,6	36
СУП ПОЛЕВОЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	200/11	9,3	9	26	223
СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ	140	2,1	5,6	12,2	108
КНЕЛИ ИЗ КУР (	60	13,3	6,7	3,7	129
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,6		13,4	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	82
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
Итого		30,1	24,8	84,5	686
<b>Полдник</b>					
РЯЖЕНКА	200	6	2	8,4	80
ПРЯНИКИ	50	3	2,4	37,5	183
Итого		9	4,4	45,9	263
<b>Ужин</b>					
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	60	0,8	1,7	4,2	34
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	8,5	10,3	2	134
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15			5,3	21
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		11,9	12,4	28,5	271
Всего		64	58,7	220,9	1676