Утверждаю

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

МЕНЮ
14 января 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	20,2	15,4	13,4	277
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,7	2	3,2	34
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	3,2	12,9	96
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116
Итого		27,1	25,6	44,9	523
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	107	0,5	0,1	10,6	46
Итого		0,5	0,1	10,6	46
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	7
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/К СО СМТАНОЙ	180	2,6	4,1	19,4	127
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	10,5	4,2	21,9	168
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	70	9,5	9,6	3,2	138
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,5	0,3	16,1	78
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого		28,8	18,7	91,4	655
Полдник					
РЯЖЕНКА	195	5,9	2	8,2	78
ПРЯНИКИ	50	3	2,4	37,5	183
Итого		8,9	4,4	45,7	261
Ужин					
БАНАН	150	0,6	0,6	14,7	71
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	150	14,1	16,9	86,2	552
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180	4,3	4,8	25,1	161
Итого		19	22,3	126	784
Всего		84,3	71,1	318,6	2269

Цена: 168 рублей