

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
15 апреля 2024 г.

**Сад 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7,24	7,63	32,23	227,19
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,39	0,17	8,15	35,73
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,28	5,00	15,46	116,00
Итого		9,91	12,80	55,84	378,92
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	113	0,57	0,11	11,19	48,59
Итого		0,57	0,11	11,19	48,59
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,37	2,96	1,15	32,61
СУП МОЗАИКА НА М/К СО СМЕТАНОЙ	180	2,62	2,57	16,72	100,94
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР	200	8,68	11,52	9,77	179,23
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180	0,47	0,03	12,25	51,52
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99
Итого		16,45	17,65	67,45	496,87
<b>Полдник</b>					
РЯЖЕНКА	200	6,00	2,00	8,40	80,00
ВАФЛИ	50	1,40	1,65	38,65	177,00
Итого		7,40	3,65	47,05	257,00
<b>Ужин</b>					
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	70	0,89	2,00	4,94	39,63
СУХАРНИК	150	11,29	14,42	11,23	220,24
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,19	0,08	9,59	43,62
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99
Итого		14,03	16,72	36,36	354,48
Всего		48,36	50,93	217,89	1 535,86