

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША 3 ЗЛАКА МОЛОЧНАЯ	190	8,1	9,4	31,9	244
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	3,2	12,9	96
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,6	5,1	18	129
Итого		14,6	17,7	62,8	469
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	114	0,6	0,1	11,3	49
Итого		0,6	0,1	11,3	49
Обед					
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА КУР .БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	3,4	5,8	20,4	150
СУФЛЕ ИЗ КУР (ПАРОВОЕ)	150	16,4	19,9	7,4	274
СОУС ТОМАТНО ОВОЩНОЙ	50	0,7	1,9	3,4	34
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
ХЛЕБПШЕНИЧНЫЙ	38	2,5	0,3	16,1	78
Итого		25,6	28,3	73	653
Полдник					
РЯЖЕНКА	205	6,2	2,1	8,6	82
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого		6,6	2,5	18,4	129
Ужин					
МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ	70	1,1	2,3	6,1	50
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	17,3	13,7	20,5	276
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	70	1	2,8	4,5	48
КИСЕЛЬ	185			9,1	36
Итого		19,4	18,8	40,2	410
Всего		66,8	67,4	205,7	1710

Цена: 159 рублей