

Утверждаю

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

МЕНЮ
17 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	190	8,1	7,9	33,6	238
КАКАО НА МОЛОКЕ	180	4,1	3,4	12	96
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		13,7	16	55,9	424
II Завтрак					
ЯБЛОКО	125	0,5	0,5	12,3	59
Итого		0,5	0,5	12,3	59
Обед					
ПАЛОЧКИ СВЕКОЛЬНЫЕ	35	1,3	0,1	7,5	36
СУП РИСОВЫЙ НА М/ К БУЛЬОНЕ	180	6,8	5	33,1	206
ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	200	13,5	8,7	27,5	257
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		25,9	14,4	104,4	667
Полдник					
ГРЕНКИ С СЫРОМ	45	5,6	5,6	8,8	109
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15			8,7	35
Итого		5,6	5,6	17,5	144
Ужин					
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО ПОЛЬСКИ	180	29,3	15,7	5	277
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,6	3,2	3,4	45
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		7	29
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
Итого		31,7	19,1	26	402
Всего		77,4	55,6	216,1	1696

Цена: 153 рубля