

Утверждаю

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

# МЕНЮ

19 октября 2023 г.

## Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	190	6,6	9,4	24,6	209
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4	3,4	11,5	94
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116
Итого		12,9	17,8	51,5	419
<b>II Завтрак</b>					
ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
Итого		0,5	0,5	12,7	61
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,4	2,9	1,2	33
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	5,5	2,7	24,9	148
КУЛЕБЯКА С КУРОЙ	200	21,6	23,9	48,2	493
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ С АСКОРБИНОВОЙ К-ТОЙ	180			8,1	33
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		33,4	30,3	120,6	891
<b>Полдник</b>					
СНЕЖОК	200	6	0,2	8	62
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого		8,3	3,1	30,3	187
<b>Ужин</b>					
ПАЛОЧКИ ТВОРОЖНЫЕ	160	26,6	20	35,4	431
СОУС СМЕТАННЫЙ №354	50	0,7	1,8	2,9	32
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,3	3,5	15,5	111
Итого		31,6	25,3	53,8	574
Всего		86,7	77	268,9	2132