

Утверждаю

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

МЕНЮ
22 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7,6	8,1	31,6	231
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	3,4	12	96
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	32	2,2	4,4	13,3	102
Итого		13,9	15,9	56,9	429
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	103	0,5	0,1	10,2	44
Итого		0,5	0,1	10,2	44
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,4	2,5	3,7	41
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	200	6,9	3,3	31,3	185
ПЛОВ ИЗ МЯСА	200	12,6	15,6	32,5	321
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,5		14,2	59
ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,8	0,4	18,2	88
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого		25,2	22,1	112,6	755
Полдник					
ОТВАР ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ ЯГОДЫ	200	0,1	0,1	8,6	36
ПРЯНИКИ	50	3	2,4	37,5	183
Итого		3,1	2,5	46,1	219
Ужин					
БАНАН	120	1,8	0,6	25,2	115
СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	190	5,8	6,7	21,6	171
КИСЕЛЬ	200			15,8	64
Итого		7,6	7,3	62,6	350
Всего		50,3	47,9	288,4	1797

Цена: 158 рублей