

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
23 октября 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	190	6,5	8,2	25,9	203
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	3,2	12,9	96
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,9	4,8	12,9	103
Итого		12,3	16,2	51,7	402
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	108	0,5	0,1	10,7	46
Итого		0,5	0,1	10,7	46
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,5	2,6	2,1	34
СУПКУДРЯВЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,6	6,2	16,9	144
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200	12,2	13,8	12,2	224
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,6		13,4	57
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,9	0,3	12,3	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		22,4	23,3	73,9	600
<b>Полдник</b>					
БАТОН С СЫРОМ	45	6,1	6,1	12,9	132
ЧАЙ С САХАРОМ	200			8,7	35
Итого		6,1	6,1	21,6	167
<b>Ужин</b>					
ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
БИТОЧКИ МАННЫЕ	120	6,4	9,2	40,4	267
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,3	52
Итого		7,2	9,8	64,4	380
Всего		48,5	55,5	222,3	1595

Цена: 160 рублей