

Утверждаю

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

МЕНЮ
23 октября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	170	5,8	7,2	23,2	182
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	3,3	2,7	10,9	81
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		10,6	14,6	44,4	353
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	108	0,5	0,1	10,7	46
Итого		0,5	0,1	10,7	46
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,3	1,7	1,3	22
СУП КУДРЯВЫЙ НА М/К	150	3,4	4,9	12,7	109
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	160	9,9	10,9	9,8	179
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,5		11,3	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,4	0,2	9,2	45
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого		17,5	18	57	463
Полдник					
БАТОН С СЫРОМ	35	5	5	10,3	107
ЧАЙ С САХАРОМ	185			6,8	27
Итого		5	5	17,1	134
Ужин					
ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
БИТОЧКИ МАННЫЕ	100	5,4	6,5	32,7	209
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	10,1	46
Итого		6,1	7,1	55,5	316
Всего		39,7	44,8	184,7	1312

ЦЕНА: 149 рублей