

Утверждаю

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

# МЕНЮ

29 ноября 2024 г.

## Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	170	6,5	6,9	26,7	196
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,1	2,6	9,7	75
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		11,1	14,2	46,7	361
<b>II Завтрак</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ	111	0,6	0,1	11	48
Итого		0,6	0,1	11	48
<b>Обед</b>					
ПАЛОЧКИ СВЕКОЛЬНЫЕ	30	0,6		3,2	15
СУП РИСОВЫЙ НА М/ К БУЛЬОНЕ	150	4,9	4,5	19,2	138
ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	170	8,2	10,4	20,3	208
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого		17	15,4	70,7	490
<b>Полдник</b>					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,2	5,6	8,2	105
БАТОН С ПОВИДЛОМ	45	1,6	0,6	26,3	117
Итого		6,8	6,2	34,5	222
<b>Ужин</b>					
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО ПОЛЬСКИ	145	26,1	13,9	2,3	238
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	20	0,5	1,3	2,8	25
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180			6,3	26
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
Итого		28,3	15,4	22	340
Всего		63,8	51,3	184,9	1461

Цена: 140 рублей