

Утверждаю

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

МЕНЮ
31 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	190	6,6	8,4	25,7	205
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	3,2	12,9	96
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116
Итого		12,8	16,6	54	417
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	118	0,6	0,1	11,7	51
Итого		0,6	0,1	11,7	51
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,5	2,6	2,1	34
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	2,6	3,9	18,9	122
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ	200	12,4	17,5	22,8	300
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,6		13,4	57
ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	98
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,5	0,3	16,1	78
Итого		21,8	24,7	93,6	689
Полдник					
ВАФЛИ	45	1,3	1,5	34,8	159
ЧАЙ	200/15				
Итого		1,3	1,5	34,8	159
Ужин					
БАНАН	121	1,8	0,6	25,4	116
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ИЗЮМОМ	130	21,4	13,5	23,3	306
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,7	2	3,2	34
КИСЕЛЬ	180			15,4	62
Итого		23,9	16,1	67,3	518
Всего		60,4	59	261,4	1834

Цена: 144 рубля