

Утверждаю

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

# МЕНЮ

1 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	9,1	13,5	2,8	169
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	3,4	12	96
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	1,8	2,3		28
Итого		17,3	24,2	30,2	409
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	120	0,6	0,1	11,9	52
Итого		0,6	0,1	11,9	52
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	50	0,6	3	2,1	39
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/К СО СМТАНОЙ	200	8,3	9,7	23	214
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	10,5	4,2	21,9	168
ПОДПИВА ИЗ МЯСА КУР	70	6,1	7,5	5,1	113
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,5	0,3	16,1	78
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого		25,2	17,6	93	636
<b>Полдник</b>					
ГРЕНКИ С СЫРОМ	53	6,8	6,4	18,1	159
НАПИТОК ИЗ СВЕЖЕМОРОЖ.ЯГОДЫ	200	0,1	0,1	8,6	36
Итого		6,9	6,5	26,7	195
<b>Ужин</b>					
БАНАН	150	2,3	0,8	31,5	144
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	150	14,1	16,9	86,2	551
ЧАЙ С САХАРОМ	180			8,7	35
Итого		16,4	17,7	126,4	730
Всего		66,4	66,1	288,2	2022

Цена: 144 рубля