

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**8 ноября 2023 г.**

**Сад 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	130	20,3	15,8	14,5	285
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,7	2	3,2	34
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,9	3,2	12,9	96
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,6	5,1	18	129
Итого		27,5	26,1	48,6	544
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	110	0,6	0,1	10,9	47
Итого		0,6	0,1	10,9	47
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,4	2,9	1,2	33
СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМНА М/К СО СМЕТАНОЙ	180	7,1	7,5	25,2	198
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,7	4	26,7	163
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70/30	16,9	6,6	4	163
КОМПОТ ИЗ С/Ф С АСКОРБ. К-ТОЙ	180			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		34,9	21,8	103,1	772
<b>Полдник</b>					
ВАРЕНЕЦ	200	6	2	8,4	80
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого		8,3	4,9	30,7	205
<b>Ужин</b>					
БАНАН	120	1,8	0,6	25,2	115
ХАЧАПУРИ	130	16,7	16,9	63	471
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	4,9	4,2	23,3	150
Итого		23,4	21,7	111,5	736
Всего		94,7	74,6	304,8	2304