

Утверждаю

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

МЕНЮ
24 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7,9	9,2	31,8	242
КАКАО НА МОЛОКЕ	180	4,1	3,4	12	96
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	32	1,9	4,8	13,2	105
Итого		13,9	17,4	57	443
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	108	0,5	0,1	10,7	46
Итого		0,5	0,1	10,7	46
Обед					
САЛАТ"ЗИМНИЙ"	50	0,7	2,8	2,4	38
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,6	4,4	21,3	145
КУЛЕБЯКА С МЯСОМ	200	22,8	24,8	48,2	506
КОМПОТ ИЗ СВ. ЯБЛОК И ЛИМОНА	180			12,7	52
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		30,7	32,4	101,6	823
Полдник					
РЯЖЕНКА	200	6	2	8,4	80
ВАФЛИ	40	1,1	1,3	30,9	142
Итого		7,1	3,3	39,3	222
Ужин					
ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
ПАЛОЧКИ ТВОРОЖНЫЕ,	130	22,8	17,1	22,3	339
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,7	2	3,2	34
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3	2,4	12,6	84
Итого		27	22	50,8	518
Всего		79,2	75,2	259,4	2052

Цена: 162 рубля