Утверждаю

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

O="ГБОУ ООШ п.В.Подстепновка ", CN= Малкин В.Ю., E= v_podstep_sch_vlg@samara.edu.ru

2024.10.25 16:15:20+04'00'

МЕНЮ

25 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7,7	9	31,5	238
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3	2,6	10,4	78
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,9	4,8	12,9	103
Итого		12,6	16,4	54,8	419
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	115	0,6	0,1	11,4	50
Итого		0,6	0,1	11,4	50
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,5	2,6	2,1	34
СУП МОСКОВСКИЙ НА К БУЛЬОНЕ	200	3,7	4,9	25,6	163
АЗУ ПО ТАТАРСКИ С МЯСОМ	200	11,2	11,6	28	262
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,2	0,1	10,8	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		19,9	19,8	94,1	637
Полдник					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6	6,5	9,5	121
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177
Итого		7,4	8,2	48,2	298
Ужин					
БАНАН	140	2,1	0,7	29,4	134
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	11,7	15,6	3,8	203
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		7	29
Итого		13,9	16,3	40,2	366
Всего		54,4	60,8	248,7	1770

Меню: 155 рублей