

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**25 ноября 2024 г.**

**Сад 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	190	6,5	8,2	25,9	203
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	3,4	12	96
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,9	4,8	12,9	103
Итого		12,5	16,4	50,8	402
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	108	0,5	0,1	10,7	46
Итого		0,5	0,1	10,7	46
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	50	0,8	2,4	2,3	34
СУПКУДРЯВЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,5	6,2	16,9	144
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200	12,2	13,8	12,2	224
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,6		13,4	57
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,9	0,3	12,3	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		22,6	23,1	74,1	600
<b>Полдник</b>					
РЯЖЕНКА	200	6	2	8,4	80
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209
Итого		9,8	6,9	45,6	289
<b>Ужин</b>					
АПЕЛЬСИН	120	1,1	0,2	9,7	52
БИТОЧКИ МАННЫЕ	120	6,4	9,2	40,4	267
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,3	52
Итого		7,8	9,5	61,4	371
Всего		53,2	56	242,6	1708