

Утверждаю

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

МЕНЮ
25 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ | 170 | 5,8 | 7,2 | 23,2 | 182 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 160 | 3,1 | 2,6 | 9,7 | 75 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 25 | 1,5 | 4,7 | 10,3 | 90 |
| Итого | | 10,4 | 14,5 | 43,2 | 347 |
| II Завтрак | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 108 | 0,5 | 0,1 | 10,7 | 46 |
| Итого | | 0,5 | 0,1 | 10,7 | 46 |
| Обед | | | | | |
| САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА | 30 | 0,6 | 1,5 | 1,7 | 22 |
| СУП КУДРЯВЫЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ | 150 | 3,6 | 6,3 | 13 | 123 |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ | 160 | 9,9 | 10,9 | 9,8 | 179 |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 150 | 0,5 | | 11,3 | 47 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 1,4 | 0,2 | 9,2 | 45 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61 |
| Итого | | 18 | 19,2 | 57,7 | 477 |
| Полдник | | | | | |
| РЯЖЕНКА | 180 | 5,4 | 1,8 | 7,6 | 72 |
| ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83 |
| Итого | | 6,9 | 3,8 | 22,5 | 155 |
| Ужин | | | | | |
| АПЕЛЬСИН | 120 | 1,1 | 0,2 | 9,7 | 52 |
| БИТОЧКИ МАННЫЕ | 100 | 5,4 | 6,5 | 32,7 | 209 |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА И ЛИМОНА | 180 | 0,2 | 0,1 | 7,3 | 34 |
| Итого | | 6,7 | 6,8 | 49,7 | 295 |
| Всего | | 42,5 | 44,4 | 183,8 | 1320 |