

Утверждаю

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

# МЕНЮ

1 октября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	170	5,2	7,4	19,2	164
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,4	2,9	10,1	81
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,3	5	15,4	116
Итого		10,9	15,3	44,7	361
<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 МОРКОВИ И ЯБЛОК	30	0,4	2	4,1	37
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИНА КУР. БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	2,5	2,2	18,5	104
СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ	120	1,9	4,5	11,3	94
КНЕЛИ ИЗ КУРИНОГО МЯСА	50	9,9	11,6	1,9	152
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		19,3	21	72,3	557
<b>Полдник</b>					
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	40	4,1	3,4	13,7	102
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	8,2	39
Итого		4,3	3,5	21,9	141
<b>Ужин</b>					
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЗАПЕЧЕНАЯ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	200	12,9	6,1	5,6	130
ЧАЙ С САХАРОМ	185/0/7			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
Итого		14,2	6,3	20,9	198
Всего		49,3	46,2	170,7	1304