

Утверждаю

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

МЕНЮ

4 июля 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ЛЕНИВЫЙ ПИРОГ ИЗ ТВОРОГА	160	20,79	15,22	18,51	297,96
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,70	2,00	3,20	34,00
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,01	3,37	12,01	95,54
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,28	5,00	15,46	116,00
Итого		27,78	25,59	49,18	543,50
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	120	0,60	0,12	11,88	51,60
Итого		0,60	0,12	11,88	51,60
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	50	0,56	3,01	2,13	38,94
СУП БАВАРСКИЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	180	5,99	9,00	16,33	171,08
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	170	26,17	11,05	19,18	303,97
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,54	2,94	2,16	36,60
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,98	0,40	19,08	91,78
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,45	0,33	15,68	75,47
Итого		38,69	26,73	83,27	752,67
Полдник					
ОТВАР ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ ЯГОДЫ	200	0,14	0,06	8,53	36,14
ПРЯНИКИ	50	2,95	2,35	37,50	183,00
Итого		3,09	2,41	46,03	219,14
Ужин					
ЯБЛОКО	120	0,48	0,48	11,76	56,40
ХАЧАПУРИ	130	14,37	16,97	43,49	384,46
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	4,97	5,28	26,87	175,44
Итого		19,82	22,73	82,12	616,30
Всего		89,98	77,58	272,48	2 183,21