

Утверждаю

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

МЕНЮ

8 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	90	4,74	5,49	18,50	142,87
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	0,95	4,45	3,85	59,50
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,02	3,37	12,98	99,41
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,51	5,09	17,00	123,86
Итого		17,32	23,00	52,63	488,64
II Завтрак					
БАНАН	130	1,95	0,65	27,30	124,81
Итого		1,95	0,65	27,30	124,81
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50	0,33	2,97	1,36	34,14
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	180	4,22	6,54	24,84	175,63
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	200	4,21	6,40	17,38	146,43
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,20	0,05	14,45	59,36
ХЛЕБ РЖАНОЙ	57	3,77	0,50	24,16	116,26
Итого		12,73	16,46	82,19	531,82
Полдник					
КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	15,45	61,81
БАТОН	37	2,78	1,07	19,02	96,94
Итого		2,78	1,07	34,47	158,75
Ужин					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	190	6,76	7,68	28,64	210,58
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	15,21	76,68
Итого		7,35	7,92	43,85	287,26
Всего		42,13	49,10	240,44	1 591,28