

Утверждаю

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

МЕНЮ

13 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	190	5,89	7,08	22,04	176,43
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,65	3,00	12,10	90,93
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,28	5,00	15,46	116,00
Итого		11,82	15,08	49,60	383,36
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	115	0,58	0,12	11,39	49,45
Итого		0,58	0,12	11,39	49,45
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И ПОМИДОРОВ	50	0,50	2,99	1,86	36,89
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА К БУЛЬОНЕ	180	4,92	4,51	18,92	136,44
СУФЛЕ ИЗ КУР	130	18,42	20,62	2,73	270,72
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	60	0,60	1,97	2,67	31,29
КОМПОТ ИЗ СВ.ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,15	0,08	12,76	52,94
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	2,78	0,37	17,80	85,66
ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3,05	0,40	19,50	93,82
Итого		30,42	30,94	76,24	707,76
Полдник					
ГРЕНКИ С СЫРОМ	35	4,73	4,48	11,32	105,45
ОТВАР ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ ЯГОДЫ	200	0,16	0,06	8,69	37,09
Итого		4,89	4,54	20,01	142,54
Ужин					
ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74	61,10
ЗРАЗЫ ИЗ ТВОРОГА С КУРАГОЙ	150	19,89	21,61	45,51	463,65
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,70	2,00	3,19	33,94
КИСЕЛЬ	180	0,00	0,00	9,93	39,67
Итого		21,11	24,13	71,37	598,36
Всего		68,82	74,81	228,61	1 881,47