

Утверждаю

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

МЕНЮ

14 января 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	110	15,2	12,9	8,2	212
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,7	2	3,2	34
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	3,3	2,7	10,9	81
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	1,8	5,7	12,3	108
Итого		21	23,3	34,6	435
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	107	0,5	0,1	10,6	46
Итого		0,5	0,1	10,6	46
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ПОРЦ	30	0,3		0,5	4
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/К СО СМТАНОЙ	150	2,3	3,4	17,2	110
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	110	8,9	3,5	18,5	142
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	50	8,8	8,4	3,7	126
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	1,9	0,2	11,9	57
ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,8	86
Итого		25	15,9	76,4	552
Полдник					
РЯЖЕНКА	170	5,1	1,7	7,1	68
ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	110
Итого		6,9	3,1	29,6	178
Ужин					
БАНАН	150	0,6	0,6	14,7	71
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	130	12,3	14,5	74,7	478
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	160	4,3	4,7	19,4	137
Итого		17,2	19,8	108,8	686
Всего		70,6	62,2	260	1897

Цена: 154 рубля