

Утверждаю

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

МЕНЮ

14 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ"ШОКОЛАДКА"	190	6,04	7,47	24,54	189,65
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,11	4,24	12,85	106,70
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,22	5,63	15,06	119,87
Итого		12,37	17,34	52,45	416,22
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	116	0,58	0,12	11,48	49,88
Итого		0,58	0,12	11,48	49,88
Обед					
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	50	0,46	2,49	1,37	30,57
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ МОСКОВСКИЙ	180	7,37	6,90	21,01	176,17
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,54	3,39	22,60	135,07
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50	13,27	7,20	0,89	137,67
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	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого		30,27	20,73	90,62	687,67
Полдник					
БИФИДОК	200	6,00	2,00	8,40	80,00
ПРЯНИКИ	40	2,36	1,88	30,00	146,40
Итого		8,36	3,88	38,40	226,40
Ужин					
ЯБЛОКО	150	0,60	0,60	14,70	70,50
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТАС КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	150	10,96	11,04	46,86	331,53
ЧАЙ С САХАРОМ МОЛОКОМ	185/15	2,62	2,79	10,88	79,47
Итого		14,18	14,43	72,44	481,50
Всего		65,76	56,50	265,39	1 861,67