

Утверждаю

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

МЕНЮ
14 ноября 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	5,9	7,1	22	176
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3,3	2,7	10,9	81
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1		6,5	29
Итого		10,8	14,5	49,7	376
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	112	0,6	0,1	11,1	48
Итого		0,6	0,1	11,1	48
Обед					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0,3	0,2	2,2	12
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА К БУЛЬОНЕ	180	5	4,4	19,1	137
СУФЛЕ ИЗ КУР	130	18,6	20,7	2,7	271
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	70	0,7	2,3	3,1	36
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С АСКОР К-ТОЙ	180			8,7	35
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,4	0,3	15,3	73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,4	19,5	94
Итого		30	28,3	70,6	658
Полдник					
ГРЕНКИ С СЫРОМ	40	6,1	5,3	12,7	124
ЧАЙ С САХАРОМ	200			8,7	35
Итого		6,1	5,3	21,4	159
Ужин					
ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	180	22	18,2	24,9	356
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,7	2	3,2	34
КИСЕЛЬ	190			10,5	42
Итого		23,2	20,7	51,3	493
Всего		70,7	68,9	204,1	1734