

Утверждаю

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

МЕНЮ
18 июня 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	20,22	16,06	13,53	283,04
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,70	2,00	3,20	34,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,86	3,15	13,87	100,15
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2,28	5,00	15,46	116,00
Итого		27,06	26,21	46,06	533,19
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	108	0,54	0,11	10,69	46,44
Итого		0,54	0,11	10,69	46,44
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40	0,47	2,69	1,99	34,04
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/К СО СМТАНОЙ	180	7,41	8,80	20,59	191,97
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	10,51	4,16	21,96	167,48
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	12,11	5,36	4,68	129,70
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,13	32,50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,52	0,33	16,11	77,50
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99
Итого		34,68	21,56	84,06	684,18
Полдник					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,18	0,08	10,18	45,63
ПРЯНИКИ	50	2,95	2,35	37,50	183,00
Итого		3,13	2,43	47,68	228,63
Ужин					
ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74	61,10
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	150	10,15	12,21	61,78	397,81
КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	17,12	68,47
Итого		10,67	12,73	91,64	527,38
Всего		76,08	63,04	280,13	2 019,82