

Утверждаю

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

МЕНЮ

18 июня 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	110	15,43	12,90	14,55	239,04
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,70	2,00	3,20	34,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,66	3,01	12,16	91,18
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2,28	5,00	15,46	116,00
Итого		22,07	22,91	45,37	480,22
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 СВ. ОГУРЦОВ	50	0,50	2,97	1,98	36,68
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/К СО СМТАНОЙ	150	6,18	7,27	17,19	159,68
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	110	8,90	3,53	18,60	141,81
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,52	0,33	16,11	77,50
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98
Итого		21,41	14,54	81,86	544,74
Полдник					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,16	0,07	9,13	40,86
ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	109,80
Итого		1,93	1,48	31,63	150,66
Ужин					
ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74	61,11
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	150	14,09	16,79	86,14	552,24
КИСЕЛЬ	180	0,00	0,00	15,45	61,81
Итого		14,61	17,31	114,33	675,16
Всего		60,56	56,35	283,88	1 897,22