

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 февраля 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	110	15	10	23,5	244
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,7	2	3,2	34
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,7	3	12,1	91
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116
Итого		21,7	20	54,2	485
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	108	0,5	0,1	10,7	46
Итого		0,5	0,1	10,7	46
Обед					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	40	0,5	2,4	3	36
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/К СО СМТАНОЙ	160	6,5	7,8	18,4	171
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	110	8,9	3,5	18,5	142
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	10,4	4,6	4	112
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	1,9	0,2	11,9	57
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		20,4	14,3	75,6	515
Полдник					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,3	94
ПРЯНИКИ	40	2,4	1,9	30	146
Итого		7,4	6,3	38,3	240
Ужин					
ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	130	12,3	14,5	74,7	478
КИСЕЛЬ ФРУКТОВЫЙ	180			15,4	62
Итого		12,8	15	102,8	601
Всего		62,8	55,7	281,6	1887