

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	170	5,9	8,3	22,1	188
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3,6	2,9	11,4	86
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,6	4,1	10,7	86
Итого		11,1	15,3	44,2	360
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	111	0,6	0,1	11	48
Итого		0,6	0,1	11	48
Обед					
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	30	0,3	0,6	0,9	10
СУП БАВАРСКИЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	150	5	7,5	13,6	143
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	170	26,2	11	19,1	304
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,5	2,9	2,2	37
НАПИТОК ИЗ СВ. СМОРОДИНЫ	150	0,1		6,4	27
ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	28	1,9	0,2	11,9	57
Итого		36,3	22,5	68,9	649
Полдник					
КЕФИР	180	5,4	0,2	7,2	56
БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	50	2,8	1,1	34,7	160
Итого		8,2	1,3	41,9	216
Ужин					
БАНАН	150	2,3	0,8	31,5	144
ХАЧАПУРИ	130	13,1	13,9	44,1	356
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180	4,5	4,7	18,5	134
Итого		19,9	19,4	94,1	634
Всего		76,1	58,6	260,1	1907