

Утверждаю

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

МЕНЮ

22 мая 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША З ЗЛАКА МОЛОЧНАЯ	170	6,14	8,32	25,36	201,60
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	3,25	2,67	10,78	80,89
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,91	4,86	12,89	102,90
Итого		11,30	15,85	49,03	385,39
II Завтрак					
БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	95,98
Итого		1,50	0,50	21,00	95,98
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40	0,29	2,38	0,92	26,24
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА КУР .БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160	2,92	4,62	18,25	127,16
СУФЛЕ КУРИНОЕ С РИСОМ	130	15,74	19,22	5,82	259,21
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,72	2,01	4,66	39,90
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,52	0,33	16,11	77,50
ХЛЕБПШЕНИЧНЫЙ	28	1,85	0,25	11,87	57,11
Итого		24,04	28,81	64,41	614,21
Полдник					
РЯЖЕНКА	185	5,55	1,85	7,77	74,00
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10
Итого		7,80	4,79	30,09	199,10
Ужин					
МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	50	0,78	1,55	5,18	38,35
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	17,20	13,57	20,51	275,58
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,70	2,00	3,20	34,00
КИСЕЛЬ	185	0,00	0,00	9,08	36,32
Итого		18,68	17,12	37,97	384,25
Всего		63,32	67,07	202,50	1 678,93