

Утверждаю

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

МЕНЮ
24 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	190	6,61	9,24	24,81	209,84
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,01	3,37	12,01	95,52
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,28	5,00	15,46	116,00
Итого		12,90	17,61	52,28	421,36
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	119	0,60	0,12	11,78	51,17
Итого		0,60	0,12	11,78	51,17
Обед					
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	50	0,46	1,03	1,36	17,44
СУП БАВАРСКИЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	180	5,99	9,00	16,33	171,08
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	170	26,15	11,03	19,18	303,78
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,54	2,94	2,16	36,60
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,46	0,03	14,13	58,95
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого		37,91	24,60	80,72	720,42
Полдник					
РЯЖЕНКА	200	6,00	2,00	8,40	80,00
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10
Итого		8,25	4,94	30,72	205,10
Ужин					
МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ	100	1,58	3,10	9,40	72,96
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	12,53	20,68	2,36	245,83
КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	17,14	68,56
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99
Итого		15,77	24,00	39,50	438,34
Всего		75,43	71,27	215,00	1 836,39