

Утверждаю

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

МЕНЮ

24 мая 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	8,07	9,83	1,46	126,71
ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	2,72	2,33	9,34	69,82
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,28	5,00	15,46	116,00
Итого		13,07	17,16	26,26	312,53
II Завтрак					
ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74	61,09
Итого		0,52	0,52	12,74	61,09
Обед					
САЛАТ СВЕКОЛКА	30	0,50	1,18	6,39	38,29
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	160	1,18	3,20	5,71	56,92
АЗУ ПО ТАТАРСКИС КУРИЦЕЙ	160	10,07	12,52	21,52	239,78
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,12	0,07	8,97	37,41
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19
Итого		16,51	17,58	72,27	515,17
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10
ОТВАР ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ ЯГОДЫ	180	0,13	0,05	7,68	32,54
Итого		2,38	2,99	30,00	157,64
Ужин					
РЫБНЫЕ КОТЛЕТЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	200	13,34	6,15	7,68	140,41
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,05	0,01	6,28	26,15
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99
Итого		15,05	6,38	24,56	217,55
Всего		47,53	44,63	165,83	1 263,98