

Утверждаю

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

МЕНЮ

25 декабря 2023 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	20,2	180
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3,6	2,9	11,4	86
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,9	4,8	12,9	103
Итого		11,4	16	44,5	369
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	111	0,6	0,1	11	48
Итого		0,6	0,1	11	48
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,2	1,7	0,7	20
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	160	2,8	2,3	20,4	114
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	170	26,2	10,9	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		34	18,3	75,5	630
Полдник					
РЯЖЕНКА	180	5,4	1,8	7,6	72
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого		7,7	4,7	29,9	197
Ужин					
БАНАН	120	1,8	0,6	25,2	115
ХАЧАПУРИ	130	12,9	13,9	42,9	350
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180	4,4	3,7	20,1	132
Итого		19,1	18,2	88,2	597
Всего		72,8	57,3	249,1	1841