

Утверждаю

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

МЕНЮ

26 октября 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	170	4,1	6,8	22	167
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2	4,4	13,5	102
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,5	2,2	9,1	67
Итого		8,6	13,4	44,6	336
II Завтрак					
ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	14,7	71
Итого		1,1	0,7	24,5	113
Обед					
САЛАТ ИЗ СВ.ОГУРЦА	30	0,3	1,8	1,3	23
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	160	1,7	3,2	11,7	82
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	110	8,9	3,5	18,5	142
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	18,6	6,2	4,4	170
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27
Итого		34,1	15,4	72,4	587
Полдник					
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1		11,1	47
ПРЯНИКИ	20	1,2	0,9	15	73
Итого		1,3	0,9	26,1	120
Ужин					
МОРКОВНЫЕ ПАЛОЧКИ	50	0,5		2,8	14
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	120	11,2	13,5	68,8	441
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	150	3,2	2,7	15,6	100
Итого		14,9	16,2	87,2	555
Всего		60	46,6	254,8	1711