

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ		170	4,5	7,0	14,2	139,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		160	3,3	3,4	10,8	87,4
БАТОН		20	1,6	0,2	9,8	47,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ),		5/5		4,1		37,4/
			9,4	14,7	34,8	311,8
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		104	0,5	0,1	10,5	44,7
			0,5	0,1	10,5	44,7
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ		30	0,6	2,7	2,3	35,7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ		160	6,9	6,3	16,8	151,7
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МЯСНОЙ ПОДЛИВОЙ		120/60	2,93/7,0	4,32/7,1	21,3/3,0	132,1/104,3
КОМПОТ ИЗ С/Ф		150			6,8	27,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			20,23	20,72	68,7	539,1
Полдник						
БИФИДОК		180	5,2	4,5	20,07	97,2
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	2,0	14,9	83,4
			6,7	6,5	35,6	180,6
Ужин						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ .		160/50	3,4	7,1	16,2	143,5
СОУС СМЕТАННЫЙ						
ЧАЙ С САХАРОМ		190	0,3		7,3	30,2
			3,7	7,1	23,5	173,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,5	49,12	173,1	1249,9

Утверждаю
РУКОВОДИТЕЛЬ СП»
ОРЛОВА С. А.

ГБОУ ООШ п.В.Подстепновка "Детский сад "Солнышко"

МЕНЮ НА 27.09.23

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ	170	5,8	8,0	23,0	189,1	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	3,3	3,4	10,8	87,7	
БАТОН	30	2,4	0,3	14,7	71,4	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37,4	
		11,5	15,8	48,5	385,6	
II Завтрак						
ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	14,7	70,5	
		0,6	0,6	14,7	70,5	
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,6	1,5	1,3	34,2	
СУП КУДРЯВЫЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	9,0	11,1	17,5	209,6	
ОВОЩНОЕ РАГУ С МЯСОМ	160	10,6	11,5	9,9	187,3	
КОМПОТ ИЗ С/Ф	150			6,8	27,1	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,59	0,39	16,5	79,56	
		25,09	24,69	67,1	608,76	
Полдник						
СОК	180	0,9	0,18	18,1	77,4	
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4	
		2,40	2,18	33,0	160,8	
Ужин						

СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ СО СЛ . МАСЛОМ	130	4,5	7,0	14,2	139,4
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,3		5,4	22,5
		4,8	7,0	19,6	161,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: 145		44,39	50,27	182,9	1387,56