

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

МЕНЮ НА 01.09.23

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
КАКАО С МОЛОКОМ		160	3,1	3,3	9,6	81,1
БАТОН		30	2,4	0,3	14,7	71,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
			11,3	15,7	47,3	379,0
II Завтрак						
БАНАН		120	1,8	0,6	25,2	115,2
			1,8	0,6	25,2	115,2
Обед						
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА		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 СВ ЯБЛОК		150	0,2	0,1	9,0	37,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		39	2,59	0,39	16,5	79,56
			25,1	24,69	71,6	619,76
Полдник						
ЧАЙ		180	0,3		9,3	38,4
ВАФЛИ		20	0,7	0,8	18,6	85,0
			1,0	0,8	27,9	123,4
Ужин						
КРУАССАН С СЫРОМ	130		9,9	14,0	48,6	360,3
ОТВАР ИЗ ШИПОВНИКА		180	0,1		6,3	27,6

	10,0	14,0	54,9	387,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: 145	49,2	55,79	226,9	1625,2