

Утверждаю

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

# МЕНЮ

2 октября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША З ЗЛАКА МОЛОЧНАЯ	170	6,2	8,4	25,4	202
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,1	2,6	9,7	75
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,9	4,8	12,9	103
Итого		11,2	15,8	48	380
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	110	0,6	0,1	10,9	47
Итого		0,6	0,1	10,9	47
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40	0,3	2,3	1	26
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА КУР .БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	3	3,9	18,2	121
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,3	3,3	21,2	128
ПОДЛИВА ИЗ МЯСА КУР	60/50	6,5	8,1	4,8	119
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78
ХЛЕБПШЕНИЧНЫЙ	28	1,9	0,2	11,9	57
Итого		17,5	18,1	80	556
<b>Полдник</b>					
РЯЖЕНКА	185	5,6	1,9	7,8	74
ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106
Итого		6,4	2,9	31	180
<b>Ужин</b>					
БАНАН	120	1,8	0,6	25,2	115
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	17,3	13,7	20,5	276
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,7	2	3,2	34
КИСЕЛЬ	185			9,1	36
Итого		19,8	16,3	58	461
Всего		55,5	53,2	227,9	1624