

Утверждаю

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

МЕНЮ
3 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	120	17,09	13,36	11,08	235,96
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	60	0,84	2,40	3,84	40,75
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,97	2,43	10,33	75,70
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,53	4,71	10,32	89,80
Итого		22,43	22,90	35,57	442,21
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	109	0,55	0,11	10,79	46,87
Итого		0,55	0,11	10,79	46,87
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,42	2,55	3,83	40,65
СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	160/9	2,57	2,63	20,03	114,53
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,97	3,41	22,64	137,66
"ЕЖИКИ" КУРИНЫЕ СОУС ТОМАТНЫЙ	60	11,45	11,79	5,06	172,22
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ С АСКОР К-ТОЙ	150	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,45	0,33	15,68	75,47
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	28	1,85	0,25	11,87	57,11
Итого		22,71	20,96	85,89	624,73
Полдник					
ВАРЕНЕЦ	185	5,55	1,85	7,77	74,00
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40
Итого		7,05	3,81	22,65	157,40
Ужин					
ЯБЛОКО	150	0,60	0,60	14,70	70,50
КРУАССАН С СЫРОМ	130	9,13	11,68	39,02	297,80
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	160	4,57	3,88	18,53	128,42
Итого		14,30	16,16	72,25	496,72
Всего		67,04	63,94	227,15	1 767,93