

Утверждаю

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

МЕНЮ

3 ноября 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7,2	9,6	24,4	213
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	10,7	85
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,6	5,7	17,6	133
Итого		13,3	18,2	52,7	431
II Завтрак					
БАНАН	130	2	0,7	27,3	125
Итого		2	0,7	27,3	125
Обед					
САЛАТ "ЗИМНИЙ"	50	1,3	2,9	7,9	64
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	5,5	2,7	24,9	148
КУЛЕБЯКА С КУРОЙ	200	21,7	24	48,2	494
КОМПОТ ИЗ СВ. ЯБЛОК	180	0,1	0,1	9,6	40
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого		35,2	30,5	133	950
Полдник					
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15			7,3	29
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого		2,3	2,9	29,6	154
Ужин					
ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ	200	6,6	7	27	199
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10/7			7,7	32
Итого		6,6	7	34,7	231
Всего		59,4	59,3	277,3	1891