

Утверждаю

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

МЕНЮ

3 ноября 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	170	6,4	8,6	21,8	191
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,1	2,6	9,7	75
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116
Итого		11,8	16,2	46,9	382
II Завтрак					
БАНАН	130	2	0,7	27,3	125
Итого		2	0,7	27,3	125
Обед					
САЛАТ "ЗИМНИЙ"	30	0,7	1,8	4,8	39
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	160	4,9	2,5	22,3	132
КУЛЕБЯКА С КУРОЙ	160	17,3	19,2	38,5	394
КОМПОТ ИЗ СВ. ЯБЛОК	150	0,1	0,1	8,1	33
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого		27,6	24,3	103,4	741
Полдник					
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15			6,8	27
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
Итого		1,5	2	21,7	110
Ужин					
ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ	180	5,9	6,3	24,3	179
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7			7	29
Итого		5,9	6,3	31,3	208
Всего		48,8	49,5	230,6	1566