

Утверждаю

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

МЕНЮ

4 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	170	7,65	8,84	26,65	217,38
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,39	2,85	10,09	80,52
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,14	6,59	14,45	125,72
Итого		13,18	18,28	51,19	423,62
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	119	0,60	0,12	11,78	51,17
Итого		0,60	0,12	11,78	51,17
Обед					
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,85	1,54	1,79	24,40
СУП ПО ПОЛЬСКИ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	4,57	4,54	16,36	124,96
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	120	1,69	4,37	9,88	85,39
ЕЖИКИ КУРИНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60	12,22	12,70	8,65	198,01
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С АСКОРБИНОВОЙ К-ТОЙ	150	0,00	0,00	6,52	26,04
ХЛЕБПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого		24,63	23,85	77,12	621,96
Полдник					
ОТВАР ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ ЯГОДЫ	180	0,15	0,06	7,81	33,30
ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20
Итого		0,99	1,05	31,00	139,50
Ужин					
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ВАТРУШКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/20	20,54	14,98	40,96	383,97
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,16	0,07	7,19	33,12
Итого		21,10	15,45	57,95	464,09
Всего		60,50	58,75	229,04	1 700,34