

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	170	5,92	8,28	22,25	187,96
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3,54	2,91	11,26	86,19
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,58	4,07	10,72	85,92
Итого		11,04	15,26	44,23	360,07
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 СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	30	0,27	0,62	0,82	10,47
СУП БАВАРСКИЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	150	4,99	7,54	13,61	142,99
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	170	26,19	11,08	19,21	304,52
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,54	2,94	2,16	36,60
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,38	0,02	11,78	49,19
ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,32	0,31	14,84	71,39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	28	1,85	0,25	11,87	57,11
Итого		36,54	22,76	74,29	672,27
Полдник					
ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,00	0,00	4,84	19,35
БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	50	2,83	1,06	34,72	159,79
Итого		2,83	1,06	39,56	179,14
Ужин					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	10,60	17,50	2,00	208,00
КИСЕЛЬ	180	0,00	0,00	15,45	61,81
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79
Итого		11,92	17,68	25,93	310,60
Всего		62,93	56,88	195,79	1 573,25