

Утверждаю

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

МЕНЮ

6 декабря 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША З ЗЛАКА МОЛОЧНАЯ	170	6,2	8,4	25,4	202
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	3,3	2,7	10,9	81
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,9	4,8	12,9	103
Итого		11,4	15,9	49,2	386
II Завтрак					
БАНАН	130	2	0,7	27,3	125
Итого		2	0,7	27,3	125
Обед					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	40	0,5	2,4	3	36
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА КУР .БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160	2,9	4,7	18,3	128
СУФЛЕ КУРИНОЕ С РИСОМ	130	15,8	19,1	5,8	259
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,6	1,9	4,7	40
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27
Итого		19,8	28,1	38,6	490
Полдник					
РЯЖЕНКА	180	5,4	1,8	7,6	72
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого		7,7	4,7	29,9	197
Ужин					
ЗРАЗЫ ИЗ ТВОРОГА С КУРАГОЙ	105	15,5	15,8	35,1	348
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,7	2	3,2	34
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,1	0,1	7,9	33
Итого		16,3	17,9	46,2	415
Всего		57,2	67,3	191,2	1613