

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	130	18,5	14,4	11,9	255
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	70	0,3	0,9	1,2	14
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	3,4	12	96
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		24,4	23,4	35,4	455
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	119	0,6	0,1	11,8	51
Итого		0,6	0,1	11,8	51
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПОРЦИОННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	7
СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	200/9	3,2	3,1	24,9	141
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,7	4	26,8	163
БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	70	14,7	15,7	0,8	203
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			8,1	33
ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	98
Итого		26,2	23,3	81,8	645
Полдник					
ВАРЕНЕЦ	201	6	2	8,4	80
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177
Итого		7,4	3,7	47,1	257
Ужин					
ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,8	56
СУХАРНИК	150	13,4	18,2	15,2	279
КИСЕЛЬ ФРУКТОВЫЙ	200			17,1	69
ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2,2	0,3	14	67
Итого		16,1	19	58,1	471
Всего		74,7	69,5	234,2	1879