

Утверждаю

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

МЕНЮ

08.07.24г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша Молочная 3 злака	190	4,74	5,48	18,50	142,84
Чай с молоком	180	5,10	4,60	0,30	63,00
		0,95	4,45	3,85	59,50
		4,01	3,37	12,98	99,40
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,51	5,09	17,00	123,86
Итого		17,31	22,99	52,63	488,60
II Завтрак					
Сок фруктовый	100	0,56	0,56	13,72	65,80
Итого		0,56	0,56	13,72	65,80
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40	0,30	1,79	1,18	21,99
Суп крестьянский на курином бульоне со сметаной	200	4,23	6,53	24,83	175,67
Суфле из кур	150	4,21	6,40	17,38	146,43
Соус томатно овощной	50	0,20	0,05	14,45	59,36
ХЛЕБ пшеничный	45	3,77	0,50	24,16	116,26
Хлеб ржаной	50	12,71	15,27	82,00	519,71
Полдник					
Кефир	200	6,00	2,00	8,40	80,00
ВАФЛИ	22	1,40	1,65	38,65	177,00
Итого		7,40	3,65	47,05	257,00
Ужин					
Морковь тушеная со сметаной	130	16,45	12,43	32,06	307,19
Сырники творожные со сгущенным молоком	130	0,14	0,06	8,52	36,10
Молоко сгущенное	15	1,66	0,22	10,60	50,99
Итого		18,25	12,71	51,18	394,28
Всего		56,23	55,18	246,58	1 725,39