

Утверждаю

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

МЕНЮ

12 февраля 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	90	4,7	5,5	18,4	143
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	31	0,6	2,8	2,4	37
ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	2,7	2,3	9,6	71
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		14,6	19,9	41	404
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	116	0,6	0,1	11,5	50
Итого		0,6	0,1	11,5	50
Обед					
САЛАТ ЛУКОВЫЙ	30	0,6	2,2	3,4	36
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	160	3,8	5,9	22,1	156
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	160	8,1	9,5	9,6	159
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2		11,6	48
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,4	0,3	15,7	76
Итого		16,4	18,1	70,9	516
Полдник					
КИСЕЛЬ ФРУКТОВЫЙ	185			20,1	80
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79
Итого		2,3	0,9	35,5	159
Ужин					
ЯБЛОКО	137	0,5	0,5	13,4	64
ВАТРУШКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	130	17,8	15,3	33,6	344
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,3	2,7	10,9	81
Итого		21,6	18,5	57,9	489
Всего		55,5	57,5	216,8	1618