

Утверждаю

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

МЕНЮ

12 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВ. МАСЛОМ	190	5,63	7,24	28,20	201,42
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,00	0,00	6,58	26,30
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2,28	5,00	15,46	116,00
Итого		7,91	12,24	50,24	343,72
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	116	0,58	0,12	11,48	49,88
Итого		0,58	0,12	11,48	49,88
Обед					
САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	50	0,50	2,97	1,98	36,68
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/К СО СМТАНОЙ	180	7,41	8,80	20,60	191,97
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	10,51	4,16	21,96	167,48
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,14	32,54
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,52	0,33	16,11	77,50
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98
Итого		24,25	16,70	89,99	608,15
Полдник					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,82	6,21	9,12	116,40
ВАФЛИ	50	1,40	1,65	38,65	177,00
Итого		7,22	7,86	47,77	293,40
Ужин					
ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74	61,10
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	150	14,10	16,72	86,08	551,30
ОТВАР ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖ. ЯГОДЫ	200	0,14	0,06	8,56	36,27
Итого		14,76	17,30	107,38	648,67
Всего		54,72	54,22	306,86	1 943,82