

Утверждаю

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

МЕНЮ

13 февраля 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВ. МАСЛОМ	170	5,9	7,5	22	180
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3,3	2,7	10,9	81
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	1,9	4,8	12,9	103
Итого		11,1	15	45,8	364
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	105	0,5	0,1	10,4	45
Итого		0,5	0,1	10,4	45
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ПОРЦ.	40	0,3	2,3	1,3	29
СУП ПОЛЕВОЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	160/9	7,5	7,4	21,1	180
СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ	120	1,8	4,8	10,5	92
КНЕЛИ ИЗ КУР (ПАРОВЫЕ)	50	11,1	5,6	3,1	107
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,5		11,3	47
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,2	0,2	7,6	37
Итого		24,4	20,6	67,6	553
Полдник					
РЯЖЕНКА	185	5,6	1,9	7,8	74
ПРЯНИКИ	40	2,4	1,9	30	146
Итого		8	3,8	37,8	220
Ужин					
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	60	0,8	1,7	4,2	34
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	8,5	10,3	2	134
ЧАЙ С САХАРОМ	180/15			4,9	19
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		11,9	12,4	28,1	269
Всего		55,9	51,9	189,7	1451