

Утверждаю

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

МЕНЮ

13 декабря 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	190	5,9	7,1	22	176
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,7	3	12,1	91
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,1	6,6	14,5	126
Итого		11,7	16,7	48,6	393
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	112	0,6	0,1	11,1	48
Итого		0,6	0,1	11,1	48
Обед					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	0,2	0,1	1,4	7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА К БУЛЬОНЕ	180	5,7	2,7	26,3	154
СУФЛЕ КУРИНОЕ	130	22,3	25,1	10,4	356
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	70	0,6	1,3	3,4	28
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С АСКОР К-ТОЙ	180			8,1	33
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	82
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого		34,7	30	87,8	762
Полдник					
КЕФИР С САХАРОМ	200	5,8	5	13,6	128
ГРЕНКИ С СЫРОМ	35	4	3,7	11,6	97
Итого		9,8	8,7	25,2	225
Ужин					
БАНАН	130	2	0,7	27,3	125
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	160	16,1	13	17,1	252
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,7	2	3,2	34
КИСЕЛЬ	190			10,5	42
Итого		18,8	15,7	58,1	453
Всего		75,6	71,2	230,8	1881