

Утверждаю

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

МЕНЮ

14 октября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	170	4,3	7,1	16,2	148
ЧАЙ С МОЛОКОМ	185			6,8	27
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		5,8	11,8	33,3	265
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	115	0,6	0,1	11,4	49
Итого		0,6	0,1	11,4	49
Обед					
САЛАТ"ЗИМНИЙ"	30	0,4	1,7	1,4	23
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3,9	3,7	17,8	121
КУЛЕБЯКА С КУРОЙ	160	17,2	19,2	38,5	394
КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ	150			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		24,1	25	81,5	647
Полдник					
РЯЖЕНКА	180	5,4	1,8	7,6	72
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого		7,7	4,7	29,9	197
Ужин					
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
ПАЛОЧКИ ТВОРОЖНЫЕ,	110	17,6	13,8	18,5	272
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	40	0,6	1,6	2,6	27
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3	2,4	10,5	76
Итого		21,6	18,2	41,4	422
Всего		59,8	59,8	197,5	1580