

Утверждаю

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

МЕНЮ

15 февраля 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	120	17	13,4	11	236
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	30	0,4	1,2	1,9	20
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	10,5	76
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		21,9	21,7	33,7	422
II Завтрак					
БАНАН	130	2	0,7	27,3	125
Итого		2	0,7	27,3	125
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,3	1,6	2,4	24
СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	200	2,5	2,5	20,2	115
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4	3,4	22,6	138
БИТОЧКИ ИЗ КУР	70	9,4	10,8	2,3	143
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ С АСКОР К-ТОЙ	180			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	28	1,9	0,2	11,9	57
Итого		19,4	18,7	74,7	545
Полдник					
ВАРЕНЕЦ	200	0,9	0,2	17,8	77
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
Итого		2,4	2,2	32,7	160
Ужин					
ЯБЛОКО	160	8,9	14,5	13,4	219
КРУАССАН	150			6,8	27
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	1,3	0,2	8,5	41
		10,2	14,7	28,7	287
Всего		55,9	58	197,1	1539