

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	190	6,57	7,81	26,15	201,96
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,86	3,15	12,90	96,28
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,28	5,00	15,46	116,00
Итого		12,71	15,96	54,51	414,24
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	113	0,57	0,11	11,19	48,59
Итого		0,57	0,11	11,19	48,59
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	50	0,47	2,99	1,79	36,52
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	180	6,11	7,09	14,20	145,39
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ	200	8,80	14,93	17,88	242,14
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180	0,46	0,03	12,30	51,64
ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,91	0,39	18,65	89,74
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого		21,40	25,78	81,78	647,01
Полдник					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,10	5,30	10,10	113,00
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50	7,19	6,93	17,12	160,80
Итого		13,29	12,23	27,22	273,80
Ужин					
ЯБЛОКО	150	0,60	0,60	14,70	70,50
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	28,75	17,90	24,80	380,22
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	70	0,31	0,89	1,29	14,49
КИСЕЛЬ	180	0,00	0,00	13,91	55,66
Итого		29,66	19,39	54,70	520,87
Всего		77,63	73,47	229,40	1 904,51