

Утверждаю

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

МЕНЮ

17 января 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	170	6,4	8,5	22,5	192
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,4	2,9	10,1	81
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		11,3	16,1	42,9	363
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	160	4,2	4	19	129
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		24,4	25,3	82,7	655
Полдник					
РЯЖЕНКА	180	5,4	1,8	7,6	72
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79
Итого		7,7	2,7	23	151
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		65,6	62,4	201,4	1640