

Утверждаю

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

# МЕНЮ

18 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
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
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	115	0,6	0,1	11,4	49
Итого		0,6	0,1	11,4	49
<b>Обед</b>					
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
<b>Полдник</b>					
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
<b>Ужин</b>					
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
ПАЛОЧКИ ТВОРОЖНЫЕ,	110	17,5	13,7	18,5	271
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	40	0,6	1,6	2,6	27
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3	2,4	10,5	76
Итого		21,5	18,1	41,4	421
Всего		65,5	64,3	208,3	1685