

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 декабря 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	110	20,1	13,7	15,4	267
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,7	2	3,2	34
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,3	2,7	10,9	81
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2	4,4	13,5	102
Итого		26,1	22,8	43	484
II Завтрак					
ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	10,8	52
Итого		0,4	0,4	10,8	52
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,3	1,7	1,4	23
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/К СО СМТАНОЙ	150	6,1	7,3	17,2	160
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	110	8,9	3,5	18,5	142
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	9,5	3,9	4,5	103
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		19,9	13,2	73,6	495
Полдник					
ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	1,7	1,2	40,7	180
Итого		2,5	2,2	63,9	286
Ужин					
МОРКОВНЫЕ ПАЛОЧКИ	50	0,5		2,8	14
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	130	12,3	14,5	74,7	478
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	150	4,3	4,7	19,4	137
Итого		17,1	19,2	96,9	629
Всего		66	57,8	288,2	1946