

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 февраля 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	120	16,4	10,9	25,6	266
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,7	2	3,2	34
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	4,1	3,3	13,5	101
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116
Итого		23,5	21,2	57,7	517
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	108	0,5	0,1	10,7	46
Итого		0,5	0,1	10,7	46
Обед					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	50	0,7	3	3,8	45
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/К СО СМТАНОЙ	200	8,3	9,6	23	213
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	10,5	4,2	21,9	168
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	12,1	5,3	4,6	130
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,1	33
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	2,8	0,4	17,8	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,4	19,5	94
Итого		25,3	17,6	94,1	639
Полдник					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105
ПРЯНИКИ	55	3,2	2,6	41,3	201
Итого		8,8	7,5	50,6	306
Ужин					
ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	150	14,1	16,9	86,2	551
КИСЕЛЬ ФРУКТОВЫЙ	200			17,2	69
Итого		14,6	17,4	116,1	681
Всего		72,7	63,8	329,2	2189