

Утверждаю

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

МЕНЮ
21 июня 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	190	6,61	9,24	24,82	209,80
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,86	3,15	13,87	100,15
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,14	6,59	14,45	125,72
Итого		12,61	18,98	53,14	435,67
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	119	0,60	0,12	11,78	51,17
Итого		0,60	0,12	11,78	51,17
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,32	0,04	0,68	5,20
СУП ПО ПОЛЬСКИ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	5,50	5,51	19,61	150,60
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	130	2,37	4,77	13,85	107,54
КНЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	11,81	13,80	4,68	190,17
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83
ХЛЕБПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,24	0,43	20,77	99,94
Итого		25,89	24,90	85,26	669,86
Полдник					
ГРЕНКИ С СЫРОМ	45	5,91	5,91	12,46	127,73
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	8,71	34,83
Итого		5,91	5,91	21,17	162,56
Ужин					
ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74	61,10
ГРЕБЕШКИ С ПОВИДЛОМ	140	8,93	7,10	76,06	399,88
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,16	0,07	7,19	33,12
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,91	6,52	9,57	122,22
Итого		15,52	14,21	105,56	616,32
Всего		60,53	64,12	276,91	1 935,58