

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 мая 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	9,25	24,82	209,89
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,01	3,37	12,01	95,52
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,28	5,00	15,46	116,00
Итого		12,90	17,62	52,29	421,41
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	120	0,60	0,12	11,88	51,60
Итого		0,60	0,12	11,88	51,60
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	50	0,56	3,01	2,13	38,94
СУП БАВАРСКИЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	180	5,99	9,01	16,33	171,08
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	170	26,14	11,03	19,18	303,70
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,54	2,94	2,16	36,60
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,46	0,03	14,13	58,95
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,98	0,40	19,08	91,78
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,45	0,33	15,68	75,47
Итого		39,12	26,75	88,69	776,52
Полдник					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,10	5,30	10,10	113,00
ПРЯНИКИ	50	2,95	2,35	37,50	183,00
Итого		9,05	7,65	47,60	296,00
Ужин					
ЯБЛОКО	120	0,48	0,48	11,76	56,40
ХАЧАПУРИ	130	14,34	16,94	43,49	383,99
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	4,97	5,28	26,87	175,44
Итого		19,79	22,70	82,12	615,83
Всего		81,46	74,84	282,58	2 161,36