

Утверждаю

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

МЕНЮ
25 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	170	5,8	7,2	23,2	182
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	3,3	2,7	10,9	81
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		10,6	14,6	44,4	353
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43
Итого		0,5	0,1	9,9	43
Обед					
СУП МОЗАИКА НА М/К СО СМЕТАНОЙ	150	2,6	5,2	15,2	119
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	160	8,1	9,5	9,8	160
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С АСКОРБИН. К-ТОЙ	150	0,5		11,3	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1	0,1	6,1	30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого		14,2	15,1	55,1	417
Полдник					
ВАРЕНЕЦ	180	6,6	4,6	16,5	139
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого		8,9	7,5	38,8	264
Ужин					
МОРКОВНЫЕ ПАЛОЧКИ	70	0,7	0,1	3,8	19
СУХАРНИК	130	9,9	13,7	9,7	200
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	10,1	46
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
Итого		12,1	14,1	32,1	306
Всего		46,3	51,4	180,3	1383