

Утверждаю

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

МЕНЮ

27 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	170	6,17	7,57	24,51	191,55
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,34	2,83	10,07	79,97
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	1,99	4,41	13,55	102,00
Итого		11,50	14,81	48,13	373,52
II Завтрак					
ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74	61,10
Итого		0,52	0,52	12,74	61,10
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,29	1,56	1,22	20,13
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	150	63,74	58,10	16,95	845,54
ПЛОВ ИЗ МЯСА	160	9,93	12,27	25,95	254,14
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,13	0,07	10,62	43,99
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,45	0,33	15,68	75,47
Итого		77,86	72,51	78,90	1 280,06
Полдник					
БИФИДОК	185	5,55	1,85	7,77	74,00
ПЕЧЕНЬЕ	32	2,40	3,14	23,81	133,44
Итого		7,95	4,99	31,58	207,44
Ужин					
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО ПОЛЬСКИ.	180	17,48	7,98	2,19	150,65
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	20	0,46	1,29	2,96	25,39
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/10/7	0,05	0,01	8,86	36,49
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79
Итого		19,31	9,46	22,49	253,32
Всего		117,14	102,29	193,84	2 175,44