

Утверждаю

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

# МЕНЮ

28 марта 2024 г.

## Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	190	5,89	7,09	22,03	176,43
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,66	3,01	12,12	90,98
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,83	5,65	12,39	107,76
Итого		11,38	15,75	46,54	375,17
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	115	0,58	0,12	11,39	49,45
Итого		0,58	0,12	11,39	49,45
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,50	2,97	1,98	36,68
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА К БУЛЬОНЕ	180	4,92	4,59	18,92	137,22
СУФЛЕ ИЗ КУР	130	18,44	20,66	2,74	271,10
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	60	0,60	1,98	2,68	31,35
КОМПОТ ИЗ СВ.ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,15	0,08	12,76	52,95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,05	0,27	13,14	63,23
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98
Итого		29,97	30,99	73,42	694,51
<b>Полдник</b>					
ГРЕНКИ С СЫРОМ	48	6,48	6,13	15,55	144,58
ОТВАР ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ ЯГОДЫ	200	0,16	0,06	8,69	37,11
Итого		6,64	6,19	24,24	181,69
<b>Ужин</b>					
ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74	61,10
ЗРАЗЫ ИЗ ТВОРОГА С КУРАГОЙ	150	19,89	21,61	45,51	463,65
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,70	2,00	3,19	33,94
КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	11,02	44,06
Итого		21,11	24,13	72,46	602,75
Всего		69,68	77,18	228,05	1 903,57