

Утверждаю

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

МЕНЮ

28 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	170	5,28	6,31	19,77	157,87
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,65	3,00	12,08	90,81
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,83	5,65	12,39	107,76
Итого		10,76	14,96	44,24	356,44
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	115	0,58	0,12	11,39	49,45
Итого		0,58	0,12	11,39	49,45
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,30	1,77	1,18	21,89
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА К БУЛЬОНЕ	150	4,11	3,78	15,77	114,09
СУФЛЕ ИЗ КУР	100	14,19	15,87	2,10	208,48
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	60	0,60	1,97	2,66	31,14
КОМПОТ ИЗ СВ.ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,13	0,07	10,62	43,99
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,52	0,33	16,11	77,50
Итого		23,17	23,97	56,92	537,88
Полдник					
ГРЕНКИ С СЫРОМ	35	4,73	4,47	11,32	105,35
ОТВАР ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ ЯГОДЫ	180	0,15	0,06	7,82	33,32
Итого		4,88	4,53	19,14	138,67
Ужин					
ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74	61,10
ЗРАЗЫ ИЗ ТВОРОГА С КУРАГОЙ	130	17,22	18,71	39,40	401,48
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,70	2,00	3,19	33,94
КИСЕЛЬ	180	0,00	0,00	9,93	39,69
Итого		18,44	21,23	65,26	536,21
Всего		57,83	64,81	196,95	1 618,65