

Утверждаю

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

МЕНЮ

30 мая 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	130	17,43	13,66	25,91	299,65
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,70	2,00	3,20	34,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,65	3,00	12,11	90,95
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2,28	5,00	15,46	116,00
Итого		24,06	23,66	56,68	540,60
II Завтрак					
БАНАН	160	2,40	0,80	33,60	153,62
Итого		2,40	0,80	33,60	153,62
Обед					
САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	50	0,50	2,97	1,97	36,65
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/К СО СМТАНОЙ	150	6,18	7,27	17,14	159,31
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	110	8,90	3,52	18,60	141,74
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,52	0,33	16,11	77,50
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98
Итого		21,41	14,53	81,80	544,27
Полдник					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,16	0,07	9,13	40,86
ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	109,80
Итого		1,93	1,48	31,63	150,66
Ужин					
МОРКОВНЫЕ ПАЛОЧКИ	70	0,71	0,06	5,11	24,53
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	150	14,08	16,73	86,08	551,17
КИСЕЛЬ	180	0,00	0,00	15,45	61,81
Итого		14,79	16,79	106,64	637,51
Всего		64,59	57,26	310,35	2 026,66