

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 июня 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	170	5,11	7,16	25,52	187,63
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,38	2,85	10,09	80,47
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,28	5,00	15,46	116,00
Итого		10,77	15,01	51,07	384,10
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	0,22	1,73	0,69	19,13
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3,83	3,73	17,75	120,24
КУЛЕБЯКА С КУРОЙ	160	17,26	19,07	38,44	394,36
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,05	0,05	10,93	44,71
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого		24,01	24,93	84,77	660,02
Полдник					
РЯЖЕНКА	180	5,40	1,80	7,56	72,00
ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20
Итого		6,24	2,79	30,75	178,20
Ужин					
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,01
ПАЛОЧКИ ТВОРОЖНЫЕ,	110	17,59	13,71	18,62	271,04
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	40	0,56	1,60	2,56	27,19
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	2,97	2,43	10,34	75,77
Итого		21,52	18,14	41,32	421,01
Всего		63,12	60,99	219,30	1 692,78