

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 октября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	170	5,8	7,2	23,2	182
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,4	2,9	10,1	81
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		10,7	14,8	43,6	353
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	106	0,5	0,1	10,5	46
Итого		0,5	0,1	10,5	46
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,4	2	3,1	33
СУП МОЗАИКА НА М/К СО СМЕТАНОЙ	150	2,8	3,5	17,4	113
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР	160	9,6	10,7	9,9	177
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		17,4	16,9	66,9	493
Полдник					
РЯЖЕНКА	180	5,4	1,8	7,6	72
ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106
Итого		6,2	2,8	30,8	178
Ужин					
ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	10,8	52
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	120	16,9	13,6	9,7	232
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,7	2	3,2	34
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,1		7	29
Итого		18,1	16	30,7	347
Всего		52,9	50,6	182,5	1417