

Утверждаю

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

МЕНЮ
16 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	190	6,50	8,44	20,66	185,42
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,05	2,62	10,45	78,30
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,22	5,64	15,06	119,88
Итого		11,77	16,70	46,17	383,60
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	110	0,55	0,11	10,89	47,30
Итого		0,55	0,11	10,89	47,30
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50	0,57	3,10	2,19	40,14
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	160	1,18	3,23	5,71	57,23
АЗУ ПО ТАТАРСКИ С КУРИЦЕЙ	160	10,06	12,52	21,51	239,75
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,12	0,07	8,97	37,41
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19
Итого		16,57	19,53	68,06	517,30
Полдник					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	4,26	3,50	14,54	107,70
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	35	4,66	4,60	10,28	102,05
Итого		8,92	8,10	24,82	209,75
Ужин					
БАНАН	150	2,25	0,75	31,50	144,00
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	23,75	15,01	21,23	319,40
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,70	2,00	3,20	34,00
НАПИТОК ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННОЙ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180	0,15	0,06	7,81	33,30
Итого		26,85	17,82	63,74	530,70
Всего		64,66	62,26	213,68	1 688,65