

Утверждаю

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

МЕНЮ
26 июня 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	190	5,93	7,48	32,68	222,57
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,01	3,37	12,98	99,40
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,66	5,15	18,03	129,10
Итого		12,60	16,00	63,69	451,07
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	50	0,37	2,96	1,15	32,61
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	4,46	21,34	144,44
КУЛЕБЯКА С КУРОЙ	200	21,58	23,88	48,09	493,79
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98
Итого		29,87	31,74	100,49	807,65
Полдник					
РЯЖЕНКА	200	6,00	2,00	8,40	80,00
ПРЯНИКИ	50	2,95	2,35	37,50	183,00
Итого		8,95	4,35	45,90	263,00
Ужин					
ЯБЛОКО	150	0,60	0,60	14,70	70,50
ПАЛОЧКИ ТВОРОЖНЫЕ,	130	20,77	16,19	22,04	320,36
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,70	2,00	3,20	34,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,86	3,15	13,87	100,15
Итого		25,93	21,94	53,81	525,01
Всего		77,93	74,15	275,28	2 096,18