

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 января 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	170	4,5	6,2	14,3	132
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3,3	2,7	10,9	81
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		9,3	13,6	35,5	303
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	112	0,6	0,1	11,1	48
Итого		0,6	0,1	11,1	48
Обед					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	0,2	0,1	1,4	7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА К БУЛЬОНЕ	160	6,4	5,8	16,9	146
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	170	14,9	7,7	1,1	134
СОУС ТОМАТНЫЙ	20	0,5	1,3	2,8	24
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С АСКОР К-ТОЙ	150			6,8	27
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		25,9	15,5	54,5	461
Полдник					
СНЕЖОК	180	5,2	4,5	12,2	115
БАТОН	20	1,5	0,6	10	51
Итого		6,7	5,1	22,2	166
Ужин					
ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	160	16,1	13	17,1	252
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	30	0,4	1,2	1,9	20
КИСЕЛЬ	190			10,5	42
Итого		17	14,7	42,2	375
Всего		59,5	49	165,5	1353