

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 января 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	190	5,9	6,7	21,8	172
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	3,2	12,9	96
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
Итого		11,3	14,6	45	358
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	112	0,6	0,1	11,1	48
Итого		0,6	0,1	11,1	48
Обед					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0,3	0,2	2,2	12
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА К БУЛЬОНЕ	200	7,9	7,3	21	182
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	180	15,4	8,8	1,2	144
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,9	1,6	4,6	38
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С АСКОР К-ТОЙ	180			6,8	27
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого		29,8	18,6	69,7	566
Полдник					
СНЕЖОК	200	5,8	5	13,6	128
БАТОН	30	2,2	0,9	14,9	76
Итого		8	5,9	28,5	204
Ужин					
ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	180	21,8	18,2	24,6	354
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	70	0,3	0,9	1,2	14
КИСЕЛЬ	190			10,5	42
Итого		22,6	19,6	49	471
Всего		72,3	58,8	203,3	1647