

СОГЛАСОВАНО

Руководитель структурного подразделения  
ГБОУ СОШ №015 В.О. СПб ОДОД  
/Цапкова В.В./**МЕНЮ**  
3 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1.4	0.5	23	101
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	35	1.3	0.1	2.7	16
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15.2	20.6	2.5	256
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.5	1.9	13.1	80
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
<b>Итого</b>		<b>21.9</b>	<b>23.7</b>	<b>51.6</b>	<b>505</b>
<b>II Завтрак</b>					
КЕФИР	180	5.2	4.5	7.2	96
<b>Итого</b>		<b>5.2</b>	<b>4.5</b>	<b>7.2</b>	<b>96</b>
<b>Обед</b>					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50				
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, СМЕТАНОЙ	200	4	7.1	7.5	121
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (аллергики)	250	1.7	5.1	8.5	87
ГУЛЯШ	80	8.6	23	2.1	250
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	60	11.5	0.7	0.4	54
ГУЛЯШ из говядины (аллергики)	80	11.2	13.2	2.2	172
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7.4	5.9	33.3	215
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0.9	0.1	20.2	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.2	12.7	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
<b>Итого</b>		<b>24.4</b>	<b>36.9</b>	<b>86.1</b>	<b>785</b>
<b>Полдник</b>					
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	10.2	4.5	2	90
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.2	5	21.3	147
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0.2	0.1	13.5	53
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.4	0.2	8.5	41
ЗЕФИР ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	35	0.3		27.1	111
ЙОГУРТ М.Д.Ж. 2,5%	100	2.8	2.5	4.5	57
<b>Итого</b>		<b>18.1</b>	<b>12.3</b>	<b>76.9</b>	<b>499</b>
<b>Всего</b>		<b>69.6</b>	<b>77.4</b>	<b>221.8</b>	<b>1885</b>

Повар

Магеррамова М.Г.