

СОУ НАСОВАНУ
 Руководитель структурного подразделения
 ГБОУ СОШ №015 В.О. СПб ОДОД
 /Цапкова В.В./



МЕНЮ
9 апреля 2024 г.
Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3.2	4.1	7	62
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	35	0.4	0.1	1.3	8
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15.2	20.6	2.7	257
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3.7	3	14.9	102
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
Итого		24	28.4	36.2	481
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	180	3.2	1.8	7.6	72
Итого		3.2	1.8	7.6	72
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0.8	5.2	3.8	65
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, СМЕТАНОЙ	200	4.3	7.3	13.1	146
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (аллергики)	250	2.2	5.3	16.4	123
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	11.4	11.9	11	197
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	60	11.3	0.6	0.3	53
МОРКОВЬ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	135	2.4	1.9	9.9	68
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7.7	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.2	12.7	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
Итого		22.4	27.1	68.5	620
Полдник					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0.3		0.7	5
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17.6	16.8	15.3	282
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики)	90	1.8	3.3	14.2	93
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	60	11.3	0.6	0.3	53
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0.2	0.1	14.3	56
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
Итого		22.6	19.6	70.4	552
Всего		72.2	76.9	182.7	1725

Повар _____

Магеррамова М.Г.