

СОГЛАСОВАНО

Руководитель структурного подразделения

ГБОУ СОШ №015 В.О. СПб ОДОД

/Цапкова В.В./

МЕНЮ

12 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	3.2	1.2	37.6	172
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	4.5	6.3	27.1	184
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		5.9	24
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
Итого		9.3	8.1	80.9	432
II Завтрак					
КЕФИР	180	5.3	4.6	7.4	98
Итого		5.3	4.6	7.4	98
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯЙЦОМ	60	3.3	4.7	5.1	76
РАССОЛЬНИК С ФРИКАДЕЛЬКАМИ КУРИНЫМИ И СМЕТАНОЙ	200	3.1	3.9	9.7	87
РАССОЛЬНИК (аллергики)	250	1.9	5.2	14.1	111
СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	9.4	12.9	2.6	164
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (аллергики)	40	4.8	4.4	0.3	59
СОУС СМЕТАННЫЙ	35	0.3		1.9	9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	135	5	2	31.9	166
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0.2	0.1	10	42
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.2	12.7	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
Итого		24.8	24.4	84.2	657
Полдник					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0.3		0.7	5
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17.9	17.2	15.2	287
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики)	90	1.7	3.3	14.2	93
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	60	13.4	0.8	5.6	84
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0.2		10.1	44
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.4	0.2	8.5	41
ВАФЛИ ОБОГАЩЕННЫЕ	20	0.6	0.7	15.5	71
Итого		20.4	18.1	50	448
Всего		59.8	55.2	222.5	1635

Повар

Магеррамова М.Г.