

СОГЛАСОВАНО

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

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
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	2.8	258
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3.8	3.1	15.1	105
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
<b>Итого</b>		<b>24.1</b>	<b>28.5</b>	<b>36.5</b>	<b>485</b>
<b>II Завтрак</b>					
РЯЖЕНКА	180	3.2	1.8	7.6	72
<b>Итого</b>		<b>3.2</b>	<b>1.8</b>	<b>7.6</b>	<b>72</b>
<b>Обед</b>					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0.7	5.1	3.6	63
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, СМЕТАНОЙ	200	4	4.7	12.4	110
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (аллергики)	250	2.2	5.2	16.4	122
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	11.5	12.1	11.6	201
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	60	11.9	0.7	0.4	55
МОРКОВЬ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	135	2.3	2.1	9.8	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
<b>Итого</b>		<b>22</b>	<b>24.8</b>	<b>68.1</b>	<b>586</b>
<b>Полдник</b>					
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0.3		0.7	5
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17.9	17.3	15.2	288
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики)	90	1.8	3.3	14.2	93
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	60	11.9	0.7	0.4	55
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0.2	0.1	11	43
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>22.9</b>	<b>20.1</b>	<b>67</b>	<b>545</b>
<b>Всего</b>		<b>72.2</b>	<b>75.2</b>	<b>179.2</b>	<b>1688</b>