





Утверждаю

Заведующий  
ГБОУ ООШ № 21  
/Голина Е.Г./



**МЕНЮ**  
14 декабря 2021 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	200	6,7	9,3	20,1	192
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	30/9/8	4,7	10,7	15,2	178
КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,3	5,7	18	147
<b>Итого</b>		<b>16,7</b>	<b>25,7</b>	<b>53,3</b>	<b>517</b>
<b>II Завтрак</b>					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	198	0,5	0,2	7	41
<b>Итого</b>		<b>0,5</b>	<b>0,2</b>	<b>7</b>	<b>41</b>
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	55	0,8	2,6	2,3	37
СУП ХАРЧО НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/10	7,4	8,3	25,1	203
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	125	5,4	3,1	34,6	188
ПАЛОЧКИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	55	14,5	10,6	11,3	212
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,8	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	46	3	0,4	19,4	93
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,5	0,2	16,5	78
<b>Итого</b>		<b>33,6</b>	<b>25,2</b>	<b>119</b>	<b>850</b>
<b>Полдник</b>					
КИСЕЛЬ	138				
ВАФЛИ	33	0,9	1,1	25,8	118
<b>Итого</b>		<b>0,9</b>	<b>1,1</b>	<b>25,8</b>	<b>118</b>
<b>Ужин</b>					
СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	40	7,7	11,1	2	140
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ	160	3	3	24,4	137
ЧАЙ	284	0,1		0,3	2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
<b>Итого</b>		<b>12,3</b>	<b>14,7</b>	<b>37</b>	<b>331</b>
<b>Всего</b>		<b>64</b>	<b>66,9</b>	<b>242,1</b>	<b>1857</b>

Медицинская сестра

*Ел*

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 141р