

Утверждаю

Заведующий  
ГБОУ ООШ № 21  
Голина Е.Г.



**МЕНЮ**  
14 января 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МАННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	180	5,5	6,5	18,9	156
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/6/8	4,1	8,2	15,4	153
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,9	4,3	13,6	110
<b>Итого</b>		<b>13,5</b>	<b>19</b>	<b>47,9</b>	<b>419</b>
<b>II Завтрак</b>					
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	1,7	9
<b>Итого</b>		<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>1,7</b>	<b>9</b>
<b>Обед</b>					
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	40	1	2,9	5,9	55
СУП МОСКОВСКИЙ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	200/10	3,3	5,8	19,8	145
ЗРАЗА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КУРИЦЕЙ	150	3,9	5,3	23,4	158
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,6	35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,6	0,3	16,3	79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,6	0,1	10,2	48
<b>Итого</b>		<b>12,4</b>	<b>14,4</b>	<b>84,2</b>	<b>520</b>
<b>Полдник</b>					
КЕФИР	148	4,3	3,7	5,9	78
ВАФЛИ	10	0,3	0,3	7,5	34
<b>Итого</b>		<b>4,6</b>	<b>4</b>	<b>13,4</b>	<b>112</b>
<b>Ужин</b>					
КОТЛЕТА СВЕКОЛЬНАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	145	6	6,9	34,8	228
ЧАЙ	180	0,1		0,3	2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,1	52
<b>Итого</b>		<b>7,6</b>	<b>7,5</b>	<b>45,2</b>	<b>282</b>
<b>Всего</b>		<b>38,2</b>	<b>45</b>	<b>192,4</b>	<b>1342</b>

Медицинская сестра Ер Елеференко С.Ю.

Стоимость: 1430

Утверждено

Заведующий  
ГБОУ ДСРБ № 21  
Голыш Е.Г.**МЕНЮ**  
14 января 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МАННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	200	6,5	8,1	22,2	189
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	300/10	4,6	10,5	15,5	175
КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,2	5,5	16,9	139
Итого		16,3	24,1	54,6	503
<b>II Завтрак</b>					
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	2	10
Итого		0,1	0,1	2	10
<b>Обед</b>					
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	80	1,2	3,8	8,3	74
СУП МОСКОВСКИЙ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	250/10	4,2	7,5	24,4	182
ЗРАЗА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КУРИЦЕЙ	175	4,8	7,5	26	191
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9	36
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	48	3,2	0,4	20,4	98
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,7	0,2	18	85
Итого		18,9	19,4	106,1	686
<b>Полдник</b>					
КЕФИР	177	5,1	4,4	7,1	94
ВАФЛИ	15	0,4	0,5	11,3	62
Итого		5,5	4,9	18,4	146
<b>Ужин</b>					
КОТЛЕТА СВЕКОЛЬНАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	165	8,9	9,4	41,1	275
ЧАЙ	180	0,1		0,3	2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,5	0,8	10	51
Итого		8,5	10	51,4	328
Всего		46,3	58,5	232,5	1653

Медицинская сестра

*Ев*

Еляференко С.Ю.

Итого: 143р