

Утверждаю

Заведующий

ГБОУ ООШ № 21

_____/Голина Е.Г./

МЕНЮ

21 января 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП - КУЛЕШ	180	5,6	7,5	17,9	162
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	2,2	5,6	15,1	121
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,3	3,5	12,4	96
Итого		11,1	16,6	45,4	379
II Завтрак					
СОК ДЕТСКИЙ	150				
Итого					
Обед					
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	35	1	2,8	5,8	53
СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	200/6	2,8	4,8	12,4	105
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	3,1	3,8	30,4	169
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,7	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,6	0,3	16,5	80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,4	0,1	9,3	44
Итого		10,9	11,8	81,1	478
Полдник					
БИФИДОК	134	4,6	3,4	7,4	82
Итого		4,6	3,4	7,4	82
Ужин					
САЛАТ ОВОЩНОЙ	65	1,5	2,2	7,8	58
ЧАЙ	198	0,1		0,2	1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,4	0,6	9,9	51
Итого		3	2,8	17,9	110
Всего		29,6	34,6	151,8	1049

Медицинская сестра _____

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 143р

Утверждаю

Заведующий
ГБОУ ООШ № 21
_____ /Голина Е.Г./**МЕНЮ**
21 января 2022 г.**Сад 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП - КУЛЕШ	200	6,1	7,9	18,7	172
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	2,2	7,5	15,2	137
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,9	5,2	17,2	137
Итого		13,2	20,6	51,1	446
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	5,8	25
Итого		0,1	0,1	5,8	25
Обед					
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	50	1,2	3,7	7,9	71
СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУР.БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	250/10	3,5	6,8	16,7	141
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	175	3,7	5,8	35,7	211
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	49	3,2	0,4	20,6	99
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,5	0,2	16,3	77
Итого		14,1	16,9	105,9	634
Полдник					
БИФИДОК	161	5,5	4	8,9	98
Итого		5,5	4	8,9	98
Ужин					
ГРУША СВЕЖАЯ	103	0,4	0,3	10,6	48
ВЕНИГРЕТ	95	3,1	3,3	15,8	106
ЧАЙ	213	0,1		0,3	2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,4	0,6	9,9	51
Итого		5	4,2	36,6	207
Всего		37,9	45,8	208,3	1410

Медицинская сестра

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 143р