

Утверждаю



Заведующий

ГБОУ ООШ № 21

Гоголь Е.Г.

МЕНЮ

24 января 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП ПШЕНИЧНЫЙ МОЛОЧНЫЙ	175	5,3	7,2	17,1	156
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,2	5,8	14,8	120
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С САХАРОМ	180	0,1		8,2	33
Итого		7,6	13	40,1	309
II Завтрак					
ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	89	0,7	0,2	22,1	95
Итого		0,7	0,2	22,1	95
Обед					
САЛАТ "МОРКОВКА"	35	0,7	1,2	6,2	40
СУП ОВОЩНОЙ НА КУР.БУЛ СО СМЕТАНОЙ	200/8	1,6	4,7	11,8	97
ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ	160	3,2	2,4	24,6	134
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	180			7,8	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,4	0,3	15,1	73
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,1	0,2	13,8	65
Итого		10	8,8	79,3	440
Полдник					
КЕФИР	157	4,5	3,9	6,3	83
Итого		4,5	3,9	6,3	83
Ужин					
БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	130	6,2	4,8	44,7	245
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		0,4	2
Итого		6,3	4,8	45,1	247
Всего		29,1	30,7	192,9	1174

Медицинская сестра

Ер

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 147р

