

МЕНЮ

26 января 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ КУКУРУЗНЫЙ	180	5,2	7,6	15,6	152
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	2,3	6	15,6	126
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,3	4,7	15,3	121
Итого		11,8	18,3	46,5	399
II Завтрак					
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200				
Итого					
Обед					
САЛАТ ИЗ СОЛЁНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	30	0,7	2	4,9	41
СВЕКОЛЬНИК НА ТУШЁНКЕ СО СМЕТАНОЙ	190/8	6,3	8,8	19,2	181
ЛАПШЕВНИК	150	6,3	8,8	24,1	203
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			7,9	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,4	0,3	15,3	74
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,1	10	47
Итого		17,2	20	81,4	577
Полдник					
РЯЖЕНКА	145	4,2	3,6	6,1	78
Итого		4,2	3,6	6,1	78
Ужин					
СЫРНИКИ С КУРАГОЙ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135/20	23,3	15,6	44,8	418
ЧАЙ	184	0,1		0,3	2
Итого		23,4	15,6	45,1	420
Всего		56,6	57,5	179,1	1474

Медицинская сестра

ЕГ

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 134р

Утверждаю

Заведующий

ГБОУ ООШ № 2

/Голина Е.Г.

МЕНЮ

26 января 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ КУКУРУЗНЫЙ	200	6,2	9,3	18,9	186
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	2,3	7,5	15,7	140
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	5,1	5,5	18,5	146
Итого		13,6	22,3	53,1	472
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	6,9	41
Итого		0,5	0,2	6,9	41
Обед					
САЛАТ ИЗ СОЛЁНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	50	1	3,1	7,9	65
СВЕКОЛЬНИК НА ТУШЁНКЕ СО СМЕТАНОЙ	235/10	8	11,7	24,8	237
ЛАПШЕВНИК	150	8	8,9	34,8	252
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200			9,7	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	2,7	0,4	17,6	85
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71
Итого		22	24,3	109,9	749
Полдник					
РЯЖЕНКА	174	5	4,4	7,3	94
Итого		5	4,4	7,3	94
Ужин					
СЫРНИКИ С КУРАГОЙ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	155/25	26,6	19,5	51,5	493
ЧАЙ	192	0,1		0,3	2
Итого		26,7	19,5	51,8	495
Всего		67,8	70,7	229	1851

Медицинская сестра



Елеференко С.Ю.

Стоимость: 134 р