

Утверждаю

Заведующий

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г./



МЕНЮ

31 января 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	180	5	7,1	16,7	151
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	2,2	5,8	15,2	122
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,4	4,7	15,2	121
Итого		11,6	17,6	47,1	394
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	4,7	28
Итого		0,3	0,1	4,7	28
Обед					
ЩИ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/8	4,8	6,4	13,8	134
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ С ОВОЩАМИ	120	4,6	3,7	29,3	170
ПАЛОЧКИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	50	9,9	9,8	10,3	176
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,9	32
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,5	0,3	16	77
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,4	0,1	8,9	42
Итого		23,2	20,3	86,2	631
Полдник					
БИФИДОК	151	5,2	3,8	8,3	92
ВАФЛИ	13	0,4	0,4	9,7	45
Итого		5,6	4,2	18	137
Ужин					
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	135	15,1	12	7,8	210
ЧАЙ	180	0,1		0,2	1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
Итого		16,7	12,6	18,3	263
Всего		57,4	54,8	174,3	1453

Медицинская сестра

Елеференко С.Ю.

Энергетическая : 151р

Утверждаю

Заведующий

ГБОУ ООШ № 2

Голина Е.Г.



МЕНЮ

31 января 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	200	5,1	8	18,9	169
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	1,7	5,6	11,5	104
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,1	5,6	18,4	146
Итого		11,9	19,2	48,8	419
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	7	41
Итого		0,5	0,2	7	41
Обед					
ЩИ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/8	6,9	10,1	16,2	185
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ С ОВОЩАМИ	140	5,7	6	36,7	225
ПАЛОЧКИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	50	11,8	10,1	11,3	193
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	2,8	0,4	18	87
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,3	0,2	15,4	73
Итого		29,5	26,8	107,3	802
Полдник					
БИФИДОК	182	6,2	4,5	10	111
ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,6	72
Итого		6,8	5,2	25,6	183
Ужин					
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	155	19,2	16,8	9,4	280
ЧАЙ	200	0,1		0,2	1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
Итого		20,8	17,4	19,9	333
Всего		69,5	68,8	208,6	1778

Медицинская сестра

Е.В.

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 154