

Утверждаю

Заведующий

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

1 февраля 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ	175	5,2	6,8	14,9	142
БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ	30/8/6	4,9	9,5	15,5	167
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,6	4,9	10,4	105
Итого		14,7	21,2	40,8	414
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	4,1	24
Итого		0,3	0,1	4,1	24
Обед					
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	35	1	2,5	6,4	54
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/8	7	9,4	18,1	185
КУЛЕБЯКА С МЯСОМ	140	14,9	12,6	48,7	367
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,3	29
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,3	0,3	14,8	71
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,4	0,1	9,4	44
Итого		26,6	24,9	104,7	750
Полдник					
БИФИДОК	152	5,2	3,8	8,4	93
Итого		5,2	3,8	8,4	93
Ужин					
ЯБЛОКО	81	0,3	0,3	8	38
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	140	5,3	5,6	24,8	172
ЧАЙ	180	0,1		0,2	1
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
Итого		7,2	6,5	43,3	263
Всего		54	56,5	201,3	1544

 Медицинская сестра 

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 152р

Утверждаю

Заведующий

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

1 февраля 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ	200	6,4	9	19,8	187
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	30/9/8	5,3	11,4	15,5	187
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	5,1	5,5	18,5	146
Итого		16,8	25,9	53,8	520
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	10,1	52
Итого		0,5	0,2	10,1	52
Обед					
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	50	1,3	3,4	8,4	70
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/10	8,3	11,6	22	224
КУЛЕБЯКА С МЯСОМ	160	18,7	15,8	57,9	446
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21	101
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,5	0,2	16,1	76
Итого		34,1	31,4	135,1	956
Полдник					
БИФИДОК	183	6,2	4,6	10	111
Итого		6,2	4,6	10	111
Ужин					
БАНАН	103	1,5	0,5	21,6	99
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	160	6,1	7,6	27,6	204
ЧАЙ	200	0,1		0,3	2
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
Итого		9,2	8,7	59,8	357
Всего		66,8	70,8	268,8	1996

Медицинская сестра

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 152р