

Утверждаю

Заведующий
ГБОУ ООШ № 21
/Голина Е.Г./



МЕНЮ
9 февраля 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	5,1	7,2	16,8	154
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,8	15,7	124
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,3	4,6	15,4	121
Итого		11,7	17,6	47,9	399
II Завтрак					
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150				
Итого					
Обед					
ЩИ НА КУР.БУЛ СО СМЕТАНОЙ	200/8	2,5	4,7	15,4	115
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,9	2,1	30,7	161
ГУЛЯШ ИЗ КУР	50	0,9	1,7	4,6	39
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	175			6,6	26
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	2,4	0,3	15,6	75
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,5	0,1	9,6	45
Итого		12,2	8,9	82,5	461
Полдник					
БИФИДОК	109	3,7	2,7	6	67
Итого		3,7	2,7	6	67
Ужин					
ПУДИНГ ТВОРОЖЕННЫЙ С ЯБЛОКОМ МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	135	24,5	17,3	20,3	339
ЧАЙ	261	0,1		0,3	2
Итого		24,6	17,3	20,6	341
Всего		52,2	46,5	157	1268

Медицинская сестра Ел Елеференко С.Ю.

Стоимость: 156р



Утверждаю

Заведующий
ГБОУ ООШ № 21
/Голина Е.Г./

МЕНЮ

9 февраля 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	6	8,9	20,6	187
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	2,3	7,4	15,8	139
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	5,1	5,5	18,6	146
Итого		13,4	21,8	55	472
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,4	0,1	10,6	52
Итого		0,4	0,1	10,6	52
Обед					
ЩИ С ФАСОЛЬЮ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	250/8	9,2	7,8	31,3	236
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	5,3	3	34,2	185
ГУЛЯШ ИЗ КУР	70	1	4,1	6	65
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	195			7,7	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	46	3,1	0,4	19,6	94
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,5	0,2	16,6	78
Итого		21,1	15,5	115,4	689
Полдник					
БИФИДОК	131	4,5	3,3	7,2	80
Итого		4,5	3,3	7,2	80
Ужин					
БАНАН	125	1,9	0,6	26,3	120
ПУДИНГ ТВОРОЖЕННЫЙ С ЯБЛОКОМ МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	155	27,8	19,9	25,2	398
ЧАЙ	291	0,2		0,4	2
Итого		29,9	20,5	51,9	520
Всего		69,3	61,2	240,1	1813

Медицинская сестра

Елеференко С.Ю.

Итого: 156р