

Утверждаю

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



МЕНЮ

10 февраля 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	7,9	19,5	171
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	2,2	7,6	15,3	138
КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,3	5,8	18,1	147
Итого		12,6	21,3	52,9	456
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	11,2	58
Итого		0,5	0,2	11,2	58
Обед					
САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	40	0,9	3	3,4	45
СУП МОЗАЙКА НА М.К.Б СО СМЕТНОЙ	250/9	5,7	5,8	16,2	142
КАША ПЕРЛОВАЯ	120	4,1	2,9	29	159
БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯИНЫ С КРАСНЫМ СОУСОМ	80	15,2	18	4,6	241
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,8	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,4	103
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,4	0,2	15,8	75
Итого		31,6	30,3	100,2	804
Полдник					
КИСЕЛЬ	186				
Итого					
Ужин					
РЫБА ПО СВЕТЛАНОВСКИ	180	25,4	16,5	10,5	295
ЧАЙ	276	0,2		0,3	2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10	51
Итого		27,1	17,1	20,8	348
Всего		71,8	68,9	185,1	1666

Медицинская сестра

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 151р