

Утверждаю

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



# МЕНЮ

11 февраля 2022 г.

## Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МАННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	180	5,7	6,6	19,2	160
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,3	5,9	15,4	124
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	0,1		6,2	25
Итого		8,1	12,5	40,8	309
<b>II Завтрак</b>					
ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	90	0,7	0,2	22,5	97
Итого		0,7	0,2	22,5	97
<b>Обед</b>					
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/6	8	9,1	20,5	197
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140	3,3	4	10,3	94
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	11,6	11,3	5,7	170
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,1	32
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,6	0,3	16,5	79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,1	10	47
Итого		27	24,8	71,1	619
<b>Полдник</b>					
КЕФИР	138	4	3,4	5,5	73
ВАФЛИ	14	0,4	0,5	11,2	51
Итого		4,4	3,9	16,7	124
<b>Ужин</b>					
САЛАТ ОВОЩНОЙ	100	1,8	2,9	9,4	72
ЧАЙ	116	0,1		0,2	1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
Итого		3,4	3,5	19,9	125
Всего		43,6	44,9	171	1274

Медицинская сестра

*Ев*

Елеференко С.Ю.

*Стоимость: 147р*



# МЕНЮ

11 февраля 2022 г.

## Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МАННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	200	6,7	8,2	22,4	193
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	2,3	7,6	15,5	139
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	185	0,1		8,2	33
Итого		9,1	15,8	46,1	365
<b>II Завтрак</b>					
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	6,3	27
Итого		0,1	0,1	6,3	27
<b>Обед</b>					
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/10	9,7	11,6	25,8	247
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	160	3,7	4,2	11,8	104
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	13,2	13,8	6,7	204
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			10,3	41
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	48	3,2	0,4	20,5	99
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,6	0,2	17,3	82
Итого		32,4	30,2	92,4	777
<b>Полдник</b>					
КЕФИР	165	4,8	4,1	6,6	88
ВАФЛИ	24	0,7	0,8	18,4	84
Итого		5,5	4,9	25	172
<b>Ужин</b>					
ВЕНИГРЕТ	120	3,7	4,4	18,7	131
ЧАЙ	130	0,1		0,2	1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
Итого		5,3	5	29,2	184
Всего		52,4	56	199	1525

Медицинская сестра Ев Елеференко С.Ю.

Страницы: 147р