

Утверждаю

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

МЕНЮ
17 февраля 2022 г.
Ясли 12 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ ЯЧНЕВЫЙ	180	5,3	7,1	16	150
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	30/8/6	3,8	7,5	15,4	145
КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,1	5,3	15,5	130
Итого		14,2	19,9	46,9	425
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	4,5	26
Итого		0,3	0,1	4,5	26
Обед					
УХА	200	5,7	5,3	20,3	151
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ОВОЩАМИ	150	5,9	4,9	27,4	177
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,9	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,5	0,3	16,1	78
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,4	0,2	16	76
Итого		16,5	10,7	87,7	513
Полдник					
КИСЕЛЬ	149				
ЯБЛОКО	125	0,5	0,5	12,3	59
Итого		0,5	0,5	12,3	59
Ужин					
САЛАТ ТЁПЛЫЙ	50	3,8	3,8	11,3	96
РАССТЕГАЙ РЫБНЫЙ	145	15,9	6	45	297
ЧАЙ	240	0,1		0,3	2
Итого		19,8	9,8	56,6	395
Всего		51,3	41	208	1418

Медицинская сестра

Елеференко С.Ю.

Страницы: 154р

