

Утверждаю

Заведующий

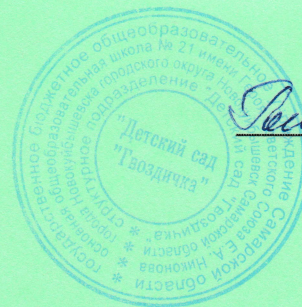
ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./

МЕНЮ

21 февраля 2022 г.

Ясли 12 часов



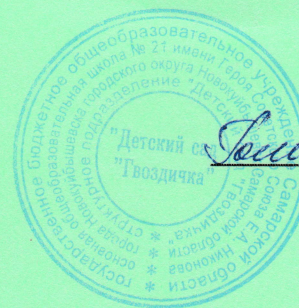
Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150	4,6	4,3	24,4	154
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	2,1	5,9	14,2	119
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С САХАРОМ	180	0,1		8,5	34
Итого		6,8	10,2	47,1	307
II Завтрак					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	151	4,5	4,9	7,3	93
Итого		4,5	4,9	7,3	93
Обед					
СУП ОВОЩНОЙ НА КУР.БУЛ СО СМЕТАНОЙ	200/8	1,9	4,8	13,1	103
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	180	3	1,9	10,2	73
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	180			7,9	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,3	16,8	81
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,6	0,2	17,2	81
Итого		10,1	7,2	65,2	369
Полдник					
КЕФИР	160	4,6	4	6,4	85
Итого		4,6	4	6,4	85
Ужин					
БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	140	5,8	4,6	51,6	270
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		0,4	3
Итого		5,9	4,6	52	273
Всего		31,9	30,9	178	1127

Медицинская сестра

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 149 р

Утверждаю

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

МЕНЮ

21 февраля 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	160	4,8	4,4	25,2	159
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	2,1	7,3	14,2	131
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С САХАРОМ	180	0,2		10,6	43
Итого		7,1	11,7	50	333
II Завтрак					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,3	5,9	8,7	111
Итого		5,3	5,9	8,7	111
Обед					
СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА КУР. БУЛ СО СМЕТАНОЙ	200/10	2,7	6,8	17,3	143
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	200	3,8	3,1	14	101
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200			9,8	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	49	3,3	0,4	20,9	101
ХЛЕБ-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	3	0,2	19,5	92
Итого		12,8	10,5	81,5	476
Полдник					
КЕФИР	180	5,2	4,5	7,2	95
Итого		5,2	4,5	7,2	95
Ужин					
БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	155	7,5	7,7	64,8	358
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,2		0,5	4
Итого		7,7	7,7	65,3	362
Всего		38,1	40,3	212,7	1377

Медицинская сестра

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 149 р