

Утверждаю

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



# МЕНЮ

28 февраля 2022 г.

## Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ПЛОВ СЛАКИЙ С ИЗЮМОМ	135	2,5	4,1	32,1	176
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,9	15,4	124
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,3	4,6	15	119
Итого		9,1	14,6	62,5	419
<b>II Завтрак</b>					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	143	4,3	4,7	6,9	88
Итого		4,3	4,7	6,9	88
<b>Обед</b>					
СУП С ФАСОЛЬЮ НА КУР. БУЛ СО СМЕТАНОЙ	200/10	4,1	5	17,3	133
КАША ЯЧНЕВАЯ С КРАСНЫМ СОУСОМ	120	9	2,8	59,1	298
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ КУРИЦЫ	50	1	4,4	1,7	51
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,6	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,5	0,3	15,9	77
ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,1	10	47
Итого		18,1	12,6	111,6	636
<b>Полдник</b>					
БИФИДОК	149	5,1	3,7	8,2	91
Итого		5,1	3,7	8,2	91
<b>Ужин</b>					
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С МОРКОВЬЮ И ЯЙЦОМ	140	8,9	6,2	47	280
ЧАЙ	180	0,7		1,4	8
Итого		9,6	6,2	48,4	288
Всего		46,2	41,8	237,6	1522

Медицинская сестра Ев Елеференко С.Ю.

Стоимость: 139 р

Утверждаю

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



# МЕНЮ

28 февраля 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ПЛОВ СЛАКИЙ С ИЗЮМОМ	155	2,9	5,6	38,4	217
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	2,3	7,7	15,5	140
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	5,1	5,5	18,6	146
Итого		10,3	18,8	72,5	503
<b>II Завтрак</b>					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	172	5,1	5,6	8,2	106
Итого		5,1	5,6	8,2	106
<b>Обед</b>					
СУП С ФАСОЛЬЮ НА КУР. БУЛ СО СМЕТАНОЙ	250/10	5,1	6,2	21,6	165
КАША ЯЧНЕВАЯ С КРАСНЫМ СОУСОМ	140	10,6	3,1	69	347
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ КУРИЦЫ	70	1,3	6,3	2,3	72
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,8	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	47	3,1	0,4	19,8	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,7	0,2	17,4	82
Итого		22,8	16,2	139,9	800
<b>Полдник</b>					
БИФИДОК	179	6,1	4,5	9,8	109
Итого		6,1	4,5	9,8	109
<b>Ужин</b>					
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С МОРКОВЬЮ И ЯЙЦОМ	160	9,3	7,7	50,3	308
ЧАЙ	180				
Итого		9,3	7,7	50,3	308
Всего		53,6	52,8	280,7	1826

Медицинская сестра

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 139р