

Утверждаю

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



# МЕНЮ

1 марта 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ	180	4,8	6	14,5	132
БАТОН С ПОВИДЛОМ	30/8	2,2	0,8	22,7	107
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,6	4,9	11	108
Итого		11,6	11,7	48,2	347
<b>Обед</b>					
СУП ХАРЧО НА ТУШЕНКЕ СО СМЕТАНОЙ	200/8	6,9	7,5	18	167
ПЛОВ ГРЕЧНЕВЫЙ С КУРАМИ	140	5	2,8	22,8	136
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,3	0,3	14,9	72
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,6	0,1	10,4	49
Итого		15,8	10,7	73,9	455
<b>Полдник</b>					
ВАРЕНЕЦ	145				
Итого					
<b>Ужин</b>					
КОТЛЕТА МОРКОВНАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180	7,1	9,9	37,1	267
ЧАЙ	180			0,1	1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,1	51
Итого		8,6	10,5	47,3	319
Всего		36	32,9	169,4	1121

Медицинская сестра

*Е.К.*

Елеференко С.Ю.

*Стоимость: 149р*

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
1 марта 2022 г.  
Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ	200	5,6	7,3	17,3	158
БАТОН С ПОВИДЛОМ	29/15	2,3	0,8	24,3	114
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	5,1	5,5	16,5	138
Итого		13	13,6	58,1	410
<b>Обед</b>					
СУП ХАРЧО НА ТУШЁНКЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10	8,3	9,4	23,1	211
ПЛОВ ГРЕЧНЕВЫЙ С КУРАМИ	160	6,1	4	28,1	172
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,3	37
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,3	102
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	2,8	0,2	18,4	87
Итого		20,5	14	100,2	609
<b>Полдник</b>					
ВАРЕНЕЦ	174				
Итого					
<b>Ужин</b>					
КОТЛЕТА МОРКОВНАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	195	9,3	15,1	47,2	364
ЧАЙ	200	0,2		0,3	2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,5	0,6	10	51
Итого		11	15,7	57,5	417
Всего		44,5	43,3	215,8	1436

Медицинская сестра Ев Елеференко С.Ю.

Стоимость: 149р