

Утверждаю

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



МЕНЮ
4 марта 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	8,1	17,2	163
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	2,3	5,8	16	126
КАКАО НА МОЛОКЕ	180	4,4	4,7	15,8	123
Итого		12	18,6	49	412
II Завтрак					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	151	4,3	4,7	6,9	88
Итого		4,3	4,7	6,9	88
Обед					
СУП ОСЕННИЙ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/10	5,1	7	10,8	128
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРАМИ	145	2,8	3,7	21,4	131
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			5,7	23
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,5	0,3	16	77
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,1	10	47
Итого		11,9	11,1	63,9	406
Ужин					
РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ И ЯБЛОКОМ	135	5,2	4,4	40,1	222
ЧАЙ	180	0,1		0,1	1
Итого		5,3	4,4	40,2	223
Всего		33,5	38,8	160	1129

Медицинская сестра  Елеференко С.Ю.

Стоимость: 139 р

Утверждаю

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



МЕНЮ

4 марта 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ ЯЧНЕВЫЙ	200	6,2	9	19,5	185
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	2,3	5,7	16	125
КАКАО НА МОЛОКЕ	200	5,1	5,6	18	144
Итого		13,6	20,3	53,5	454
II Завтрак					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	181	5	5,6	8,2	105
Итого		5	5,6	8,2	105
Обед					
СВЕКОЛЬНИК НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	240/10	7,2	7	20,3	173
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРАМИ	165	3,1	5,8	24,1	162
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	47	3,1	0,4	19,9	96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,7	0,2	17,7	83
Итого		16,1	13,4	91,7	553
Ужин					
РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ И ЯБЛОКОМ	150	6,6	6,6	51,7	293
ЧАЙ	200	0,1		0,3	2
Итого		6,7	6,6	52	295
Всего		41,4	45,9	205,4	1407

Медицинская сестра Ев Елеференко С.Ю.

Стоимость: 139р