Утверждаю

Руководитель учереждения
ГБОУ ООШ № 21
_____ /Голина Е.Г./

МЕНЮ

9 марта 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ ДРУЖБА С ЯБЛОКОМ	180	5,9	7,3	23,6	184
БАТОН С ПОВИДЛОМ	29/16	2,3	0,8	24,6	115
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,1		10,1	41
Итого		8,3	8,1	58,3	340
Обед					
ЩИ НА ТУШЁНКЕ СО СМЕТАНОЙ	200/8	5,7	7,2	15,4	151
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ С ОВОЩАМИ	115	4,9	4,1	31,2	183
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			9,7	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,6	0,3	16,4	79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,4	0,1	9,2	43
Итого		14,6	11,7	81,9	495
Полдник					
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	100	0,1	0,1	4,9	20
Итого		0,1	0,1	4,9	20
Ужин					
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	130	16,1	10,4	39,1	317
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,1		0,2	2
Итого		16,2	10,4	39,3	319
Всего		39,2	30,3	184,4	1174

Медицинская сестра _____ Елеференко С.Ю.

Стоимость: 133р

Утверждаю

Руководитель учереждения
ГБОУ ООШ № 21
_____ /Голина Е.Г./

МЕНЮ

9 марта 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ ДРУЖБА С ЯБЛОКОМ	200	7,1	9,2	30,5	234
БАТОН С ПОВИДЛОМ	30/20	2	0,8	23,5	109
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,1		12,6	51
Итого		9,2	10	66,6	394
Обед					
ЩИ НА ТУШЁНКЕ СО СМЕТАНОЙ	250/8	7,9	10,9	18,4	203
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ С ОВОЩАМИ	135	5,6	6,1	35,4	220
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			11,9	48
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	49	3,2	0,4	20,6	99
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,5	0,2	16,2	77
Итого		19,2	17,6	102,5	647
Полдник					
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	120	0,1	0,1	5,9	24
Итого		0,1	0,1	5,9	24
Ужин					
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	150	18,6	13,2	46,4	382
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185	0,1		0,4	3
Итого		18,7	13,2	46,8	385
Всего		47,2	40,9	221,8	1450

Медицинская сестра _____ Елеференко С.Ю.

Стоимость: 133 р