

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Самсова /Голина Е.Г./



МЕНЮ

16 марта 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ	180	5,7	7,4	18,7	165
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,9	15,8	126
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,1		8,4	34
Итого		8,1	13,3	42,9	325
Обед					
СУП С КЛЕЦКАМИ НА ТУШЁНКЕ СО СМЕТАНОЙ	200/6	7,8	9,5	17,1	185
ПЕРЛОВКА С ОВОЩАМИ	120	4,1	3,9	28,6	167
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	2,8	0,4	17,8	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,3	0,1	8,8	42
Итого		16	13,9	80,1	511
Полдник					
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	170	0,1	0,1	3,5	16
Итого		0,1	0,1	3,5	16
Ужин					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	20	0,4	1,9	1,6	26
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ	140	2,3	2,1	19,1	105
ЧАЙ	244	0,1		0,3	2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
Итого		4,3	4,6	31,3	185
Всего		28,5	31,9	157,8	1037

Медицинская сестра

С.Ю.

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 148 р

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./

МЕНЮ

16 марта 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ	200	6,6	9,1	22,1	198
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	2,3	7,7	15,9	143
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,1		10,5	43
Итого		9	16,8	48,5	384
Обед					
СУП С КЛЕЦКАМИ НА ТУШЁНКЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10	9,2	12,5	23,2	240
ПЕРЛОВКА С ОВОЩАМИ	140	4,9	6,1	33,2	207
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,8	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	52	3,5	0,5	22,2	107
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,3	0,2	15,3	72
Итого		19,9	19,3	103,7	665
Полдник					
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	5,4	23
Итого		0,1	0,1	5,4	23
Ужин					
СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	30	5,9	9,6	2,1	118
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ	150	2,8	2,9	22,7	128
ЧАЙ	244	0,1		0,3	2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
Итого		10,3	13,1	35,4	300
Всего		39,3	49,3	193	1372

Медицинская сестра

Ел.

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 148р