

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

22 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	5,2	7,1	15,7	148
БУТЕРБРОД	29	2,2	0,8	14,9	76
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,9	5,2	16,4	133
Итого		12,3	13,1	47	357
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	3,2	19
Итого		0,2	0,1	3,2	19
Обед					
РАССОЛЬНИК НА КУР.БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	200/10	1,6	2,5	10,9	74
СУФЛЕ ИЗ КУР	140	8,3	11,2	7,5	165
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,4	34
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,4	0,1	9,4	44
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,6	0,3	16,4	79
Итого		13,9	14,1	52,6	396
Полдник					
РЯЖЕНКА	133	3,9	3,3	5,6	72
ВАФЛИ	15	0,4	0,5	11,5	53
Итого		4,3	3,8	17,1	125
Ужин					
МАКАРОННЫ С ОВОЩАМИ	150	4,5	2,8	28,7	159
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	3,5	16
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,5	0,6	9,9	51
Итого		6,1	3,5	42,1	226
Всего		36,8	34,6	162	1123

Медицинская сестра

Елеференко С.Ю.

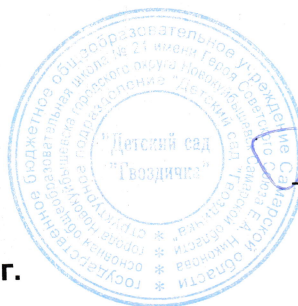
Итого: 149 р

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

22 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	6,1	8,8	19,3	184
БУТЕРБРОД	29	2,2	0,8	14,9	76
КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,1	5,5	18,7	147
Итого		13,4	15,1	52,9	407
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	4,7	27
Итого		0,3	0,1	4,7	27
Обед					
РАССОЛЬНИК НА КУР.БУЛ СО СМЕТАНОЙ	250/10	2,5	5	16,5	122
СУФЛЕ ИЗ КУР	160	11,9	16,6	9,9	239
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9	36
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	48	3,2	0,4	20,5	99
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,5	0,2	16,3	77
Итого		20,1	22,2	72,2	573
Полдник					
РЯЖЕНКА	160	4,7	4	6,7	87
ВАФЛИ	20	0,5	0,6	15,1	69
Итого		5,2	4,6	21,8	156
Ужин					
МАКАРОННЫ С ОВОЩАМИ	150	5,3	3,8	33,3	190
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	215	0,1	0,1	4,4	20
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,5	0,6	9,9	51
Итого		6,9	4,5	47,6	261
Всего		45,9	46,5	199,2	1424

Медицинская сестра

С.Ю.

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 149р