

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

23 марта 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ КУКУРУЗНЫЙ	180	5,2	7,7	15,6	153
БУТЕРБРОД	29	2,2	0,9	15,1	77
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,1		7,2	29
Итого		12,6	13,2	38,2	322
II Завтрак					
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	145	4	4,4	19	132
Итого		4	4,4	19	132
Обед					
СУП МОСКОВСКИЙ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/8	5,9	5,6	12,9	125
ИКРА МОРКОВНАЯ	115	1,7	5,6	12,5	110
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	10,3	12,3	2,7	162
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			6,7	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,2	0,3	13,9	67
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,4	0,1	9,1	43
Итого		21,5	23,9	57,8	534
Ужин					
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	150	16,3	12,1	40	335
ЧАЙ	180	0,1		0,2	1
Итого		16,4	12,1	40,2	336
Всего		54,5	53,6	155,2	1324

Медицинская сестра

С.Ю.

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 152р

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

23 марта 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ КУКУРУЗНЫЙ	200	6,2	9,4	19,1	188
БУТЕРБРОД	29	2,2	0,8	15	77
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,1		10,5	43
Итого		13,6	14,8	44,9	371
II Завтрак					
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	175	4,8	5,2	22,9	159
Итого		4,8	5,2	22,9	159
Обед					
СУП МОСКОВСКИЙ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/10	8,2	7,6	21,8	187
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	170	2,4	4	18,1	117
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	11,7	16,4	2,9	206
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,8	36
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,5	0,3	15,9	77
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,1	0,2	13,8	65
Итого		26,9	28,5	81,3	688
Ужин					
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	170	18,3	13,2	45,3	377
ЧАЙ	180	0,1		0,3	2
Итого		18,4	13,2	45,6	379
Всего		63,7	61,7	194,7	1597

Медицинская сестра

Елеференко С.Ю.

Итого : 152р