

Утверждаю

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



МЕНЮ

2 марта 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЁННЫЙ	180	5,3	7,5	16,6	155
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,7	15,8	124
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,4	4,9	14,3	119
Итого		12	18,1	46,7	398
II Завтрак					
СОК	179				
Итого					
Обед					
СУП С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ	200/8	3,1	5	17,6	129
КАПУСТА ТУШЁННАЯ	140	3,5	2,2	11,7	82
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,4	29
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,4	0,1	9,5	45
Итого		10,6	7,7	63,2	367
Полдник					
БИФИДОК	180	6,1	4,5	9,9	110
Итого		6,1	4,5	9,9	110
Ужин					
ЛАКОМКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	125	19,9	13,5	28,3	318
ЧАЙ	180	0,1		0,2	1
Итого		20	13,5	28,5	319
Всего		48,7	43,8	148,3	1194

Медицинская сестра

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 140р

Утверждаю

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



МЕНЮ

2 марта 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЁННЫЙ	200	6,4	9,1	19	185
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	2,3	7,6	15,9	141
КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,3	5,7	17,6	145
Итого		14	22,4	52,5	471
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	10,4	54
Итого		0,5	0,2	10,4	54
Обед					
СУП С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ	250/9	3,7	6,7	22,1	164
КАПУСТА ТУШЁННАЯ	155	4,7	5,4	21,4	156
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,4	37
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,6	0,2	16,8	79
Итого		14,3	12,7	90,9	538
Полдник					
БИФИДОК	179	6,1	4,5	9,9	110
Итого		6,1	4,5	9,9	110
Ужин					
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	139	0,6	0,6	13,6	65
ЛАКОМКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	145	24,3	17,1	36,9	403
ЧАЙ	200	0,1		0,3	2
Итого		25	17,7	50,8	470
Всего		59,9	57,5	214,5	1643

Медицинская сестра

Ев

Елеференко С.Ю.

Энергетическая : 1401